

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN
DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX
DI MTs AL HIKMAH BREBES**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Hara Permana
NIM 09104241029

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
AGUSTUS 2014**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTs AL HIKMAH BREBES”** yang disusun oleh Hara Permana, NIM 09104241029 ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

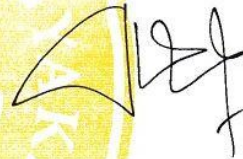
Yogyakarta, 25 Juni 2014

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Farida Harahap, M. Si
NIP 19690909 199802 2001



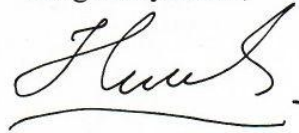
Dr. Budi Astuti, M. Si
NIP 19770808 200604 2 002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 11 Agustus 2014
Yang Menyatakan,



Hara Permana
NIM. 09104241029

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTs AL HIKMAH BREBES” yang disusun oleh Hara Permana, NIM 09104241029 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 17 Juli 2014 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Farida Harahap, M. Si.	Ketua Penguji		13-8-2014
Sugiyanto, M. Pd.	Sekretaris Penguji		13-8-2014
Tin Suharmuni, M. Si.	Penguji Utama		14-8-2014
Dr. Budi Astuti, M. Si.	Penguji Pendamping		13-8-2014

Yogyakarta, 25 AUG 2014
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Dr. Haryanto, M. Pd.

NIP. 19600902 198702 1 001

MOTTO

*“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sebelum mereka
mengubah keadaan diri mereka sendiri”*

(Al-Qur'an Surat Ar-Ra'd ayat 11)

“Bekerjalah bagi kehidupanmu, seakan-akan kamu akan hidup selamanya, dan
beribadahlah kepada Tuhanmu seakan-akan kamu akan mati besok”

(Muhammad, S.A.W)

PERSEMBAHAN

Karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Bapak (Alm), Ibu, Adik dan seluruh keluarga tercinta
2. Keluarga besar MAN Babakan Ciwaringin Cirebon
3. Keluarga besar MTs Al Hikmah Brebes
4. Almamater tercinta, Universitas Negeri Yogyakarta
5. Agama, Nusa, & Bangsa

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTs AL HIKMAH BREBES

Oleh
Hara Permana
NIM 09104241029

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes, (2) tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian yang dimiliki oleh siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes, (3) hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes.

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dengan jenis korelasi. Penelitian ini menggunakan subjek penelitian sebanyak 62 siswa yang diambil dari sebagian siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes dengan menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Waktu penelitian pada bulan Maret - April 2014. Instrumen penelitian yang digunakan berupa skala efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian. Validitas instrumen diuji menggunakan rumus *product moment*. Reliabilitas instrumen diuji menggunakan rumus *alpha cronbach*. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik analisis deskriptif, uji persyaratan analisis dan analisis korelasi *product moment* dengan bantuan komputer program SPSS versi 16.0 *for Windows*.

Penelitian menunjukkan: (1) tingkat efikasi diri siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes 51,6 % pada kategori sedang, (2) tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes 69,4 % pada kategori tinggi, (3) ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,575. Hasil koefisien determinasi menunjukkan bahwa variabel efikasi diri memberikan sumbangan terhadap variabel kecemasan dalam menghadapi ujian sebesar 33,0% dan selebihnya sebesar 67,0% oleh variabel lain.

Kata kunci : *efikasi diri, kecemasan dalam menghadapi ujian.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX di MTs Al Hikmah Brebes. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, kepada Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan pada penulis untuk menuntut ilmu di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin dalam proses penyelesaian skripsi.
3. Ketua Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah menyetujui judul skripsi.
4. Ibu Farida Harahap, M. Si. selaku Dosen Pembimbing I yang selalu sabar dan ikhlas dalam membimbing penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Dr. Budi Astuti, M. Si. selaku dosen pembimbing II yang selalu memberikan saran, masukan dan memotivasi saya dalam proses penyusunan skripsi ini.

6. Seluruh dosen jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama perkuliahan di Universitas Negeri Yogyakarta.
7. Bapak Ir. H. Syatori, M. Si., Kepala Sekolah MTs Al Hikmah Brebes yang telah memberikan ijin penelitian.
8. Para dewan guru terutama guru Bimbingan dan Konseling MTs Al Hikmah Brebes yang telah membantu proses penelitian.
9. Siswa-siswi MTs Al Hikmah Brebes khususnya kelas IX atas kesediannya dalam membantu penelitian ini.
10. Bapak Khariri, S. Pdi. (Alm) & Ibu Dra. Oom Siti Romlah beserta keluarga besar yang senantiasa memberikan motivasi, dukungan, do'a yang tulus, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Seluruh teman-teman jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Yogyakarta semua angkatan, khususnya angkatan 2009 yang telah berjuang bersama-sama selama menempuh studi dan memberikan bantuan, motivasi serta do'a dalam penyelesaian skripsi.
12. Seluruh sahabat Ikatan Mutakharrijin Madrasah Aliyah Negeri (IMMAN) Babakan, Ciwaringin, Cirebon yang telah banyak memberikan motivasi, dukungan dan do'a dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Semua pihak yang telah memberikan bantuannya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Demikian pengantar dari penulis, semoga tugas akhir skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak terutama bagi pengembangan ilmu dalam dunia pendidikan. Penulis menyadari masih terdapat kekurangan, maka saran dan kritik membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan selanjutnya.

Yogyakarta, 21 Agustus 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	hal
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	10

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Efikasi Diri	12
1. Pengertian Efikasi Diri	12
2. Aspek-Aspek Efikasi Diri	13
3. Dampak Efikasi Diri	16
4. Klasifikasi Efikasi Diri	18

B. Kecemasan dalam Menghadapi Ujian	20
1. Pengertian Kecemasan dalam Menghadapi Ujian.....	20
2. Komponen Kecemasan dalam Menghadapi Ujian	22
3. Jenis Kecemasan dalam Menghadapi Ujian	26
4. Dampak Kecemasan dalam Menghadapi Ujian	29
C. Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian	30
D. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian	35
C. Variabel Penelitian	35
D. Definisi Operasional.....	36
E. Subjek Penelitian.....	37
F. Metode Pengumpulan Data	38
G. Instrumen Penelitian.....	39
H. Uji Coba Instrumen	48
1. Uji Validitas Instrumen	48
2. Uji Reliabilitas Instrumen	49
I. Teknik Analisis Data.....	51
1. Analisis Deskriptif	51
2. Uji Persyaratan Analisis	53
3. Uji Hipotesis	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum MTs Al Hikmah Brebes	56
B. Hasil Penelitian	57
C. Uji Prasyarat Analisis	75
D. Uji Hipotesis.....	77
E. Pembahasan	78
F. Keterbatasan Penelitian	83

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	84
B. Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	90

DAFTAR TABEL

	hal
Tabel 1. Distribusi Jumlah Populasi	37
Tabel 2. Distribusi Jumlah Sampel	38
Tabel 3. Kisi - Kisi Instrumen Variabel Efikasi Diri	42
Tabel 4. Kisi - Kisi Instrumen Variabel Kecemasan dalam Menghadapi Ujian.....	44
Tabel 5. Kategori Skor Efikasi Diri	52
Tabel 6. Kategori Skor Kecemasan dalam Menghadapi Ujian	53
Tabel 7. Karakteristik Subyek Penelitian.....	57
Tabel 8. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Secara Keseluruhan.....	58
Tabel 9. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Jenis Kelamin	60
Tabel 10. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Kelas	62
Tabel 11. Mean Efikasi Diri	64
Tabel 12. Mean Efikasi Diri Berdasarkan Indikator	66
Tabel 13. Mean Kecemasan dalam Menghadapi Ujian	70
Tabel 14. Mean Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Indikator	72

DAFTAR GRAFIK

	hal
Grafik 1. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Keseluruhan	59
Grafik 2. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri Berdasarkan Jenis Kelamin ...	60
Grafik 3. Kategorisasi Variabel Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Jenis Kelamin	60

DAFTAR GAMBAR

	hal
Gambar 1. Paradigma Penelitian	36
Gambar 2. Uji instrumen di kelas IX A	142
Gambar 3. Uji instrumen di kelas IX B	142
Gambar 4. Penelitian di kelas IX A.....	142
Gambar 5. Penelitian di kelas IX B.....	142
Gambar 6. Penelitian di kelas IX C.....	142
Gambar 7. Penelitian di kelas IX D.....	142

DAFTAR LAMPIRAN

	hal
Lampiran 1. Instrumen Penelitian Sebelum Uji Validitas dan Reliabilitas ..	91
Lampiran 2. Data Tabulasi Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	100
Lampiran 3. <i>Print Out</i> Uji Validitas dan Reliabilitas	106
Lampiran 4. Instrumen Penelitian Setelah Uji Validitas dan Reliabilitas.....	110
Lampiran 5. Data Tabulasi Hasil Penelitian	119
Lampiran 6. <i>Print Out</i> Analisis Data	125
Lampiran 7. Surat Perizinan Penelitian.....	132
Lampiran 8. Dokumentasi Foto Penelitian.....	141

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kecemasan dapat dialami oleh siapapun, termasuk para siswa yang memiliki tekanan menghadapi persoalan akademisnya. Kecemasan pada siswa timbul karena adanya perasaan terancam pada suatu hal yang belum jelas. Siswa yang mengalami kecemasan disebabkan oleh kesenjangan antara apa yang diharapkan oleh siswa dan kenyataan yang terjadi pada siswa terkait dengan persoalan akademik.

Menurut I Gede Tresna (2011: 4), kecemasan merupakan suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Banyak hal yang dapat menimbulkan kecemasan, misalnya, kesehatan, relasi sosial, ujian, karier, relasi internasional, dan kondisi lingkungan adalah beberapa hal yang menjadi sumber kekhawatiran.

Penyebab terjadinya kecemasan dapat timbul dari beban akademis yang dihadapi oleh pelajar, misalnya ujian. Kecemasan terhadap ujian, baik itu ujian harian, ujian tengah semester (UTS), ujian akhir semester (UAS), dan ujian nasional (UN) timbul pada siswa karena banyak siswa mencemaskan mendapatkan hasil tidak sesuai dengan standar.

Ujian memang hal biasa yang biasa dihadapi oleh siswa, namun ujian nasional merupakan hal yang sering menjadi beban siswa karena ujian nasional adalah salah satu persyaratan kelulusan dari satuan pendidikan seperti

diamanatkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan Pasal 72 ayat (1).

Kondisi psikologis siswa bermacam-macam dalam menghadapi ujian nasional, hal ini disebabkan adanya dinamika psikis yang berbeda-beda dalam diri siswa. Siswa yang dinamika psikisnya baik tidak mengalami kecemasan atau ketakutan dalam menghadapi ujian nasional. Sebaliknya siswa yang dinamika psikisnya tidak baik akan mengalami kecemasan atau ketakutan dalam menghadapi ujian nasional.

Ketika siswa mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian, hal tersebut dapat mengganggu proses belajar siswa dan dapat mempengaruhi hasil ujian. Kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akan berpengaruh pada kinerja otak siswa dalam belajar. Pengaruh kecemasan tersebut akan mengganggu daya ingat, daya konsentrasi, daya kritis maupun kreativitas siswa dalam belajar. Kemudian jika kecemasan itu sampai mengacaukan emosi, mengganggu tidur, menurunkan nafsu makan, dan memerosotkan kebugaran tubuh, maka hal tersebut dapat menjadi penyebab siswa gagal ujian (Audith M. Turmudhi, 2004: 23).

Masalah yang muncul ketika akan menghadapi ujian di atas merupakan masalah kecemasan yang dialami siswa. Menurut Miriam Schapiro, kecemasan adalah suatu keadaan apprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi (Nevid, Rathus, & Greene, 2005: 163).

Bagi siswa yang mengalami kecemasan, mereka mengalami beberapa gangguan-gangguan pada dirinya. Menurut Casbarro (I Gede Tresna, 2011: 5), menyebutkan bahwa manifestasi kecemasan ujian terwujud sebagai kolaborasi dan perpaduan tiga aspek yang tidak terkendali dalam diri individu, yaitu: (a) manifestasi kognitif, yang terwujud dalam bentuk ketegangan pikiran siswa, sehingga membuat siswa sulit konsentrasi, kebingungan dalam menjawab soal dan mengalami *mental blocking*, (b) manifestasi afektif, yang diwujudkan dalam perasaan yang tidak menyenangkan seperti khawatir, takut dan gelisah yang berlebihan, dan (c) perilaku motorik yang tidak terkendali, yang terwujud dalam gerakan tidak menentu seperti gemetar.

Gejala kecemasan yang dialami oleh siswa yang disebabkan oleh ujian, antara lain: gejala fisik, gejala psikis, dan gejala sosial. Gejala fisik meliputi: peningkatan detak jantung, pernafasan meningkat, keluar keringat, gemetar, kepala pusing, mual, lemah, sering buang air besar dan kencing, nafsu makan menurun, tekanan darah ujung jari terasa dingin, dan lelah. Gejala psikis meliputi: perasaan akan adanya bahaya, kurang percaya diri, khawatir, rendah diri, tegang, tidak bisa konsentrasi, kesempitan jiwa, ketakutan, kegelisahan, berkelelahan, kepanikan, tidur tidak nyenyak, terancam, dan kebingungan. Gejala sosial meliputi: mencari bocoran soal, mencari kunci jawaban, menyontek, menyalahkan soalnya sulit, dan menyalahkan gurunya belum pernah mengajarkan materi yang diujikan (Mungin Eddy Wibowo, 2012: 4-5).

Beberapa gangguan-gangguan fisik, psikis maupun sosial tersebut dapat mengganggu proses belajar siswa, terutama sangat mengganggu siswa saat ujian. Ketika siswa secara fisik, psikis maupun sosial terganggu maka siswa terancam gagal ketika mengikuti ujian.

Berdasarkan hasil wawancara dilakukan peneliti dengan siswa laki-laki dan siswa perempuan kelas IX MTs Al Hikmah Brebes pada tanggal 3 Februari 2014, mengatakan bahwa mereka mengalami persoalan akademik salah satunya kecemasan saat akan menghadapi ujian. Siswa mengaku mengalami gangguan kecemasan secara psikis misalnya saat mengikuti kegiatan do'a bersama (Istigosah), mereka merasakan ketakutan dan kekhawatiran akan gagal ketika mengikuti ujian. Kemudian siswa juga mengaku mengalami gangguan secara fisik seperti detak jantung meningkat, sebagian tubuh gemetar dan sebagian tubuh berkeringat dingin ketika mengikuti kegiatan *Try Out* soal-soal ujian karena mereka seolah-olah sedang mengikuti ujian nasional.

Keberhasilan siswa dalam ujian salah satunya didukung oleh kondisi psikis yang baik yaitu siswa memiliki efikasi diri yang baik. Ketika siswa memiliki efikasi diri yang baik maka siswa akan memiliki keyakinan bahwa dirinya akan berhasil dalam aspek akademisnya. Namun pada umumnya banyak siswa yang memiliki efikasi diri rendah sehingga mengalami persoalan ketika akan menghadapi ujian, yakni siswa merasa khawatir, tertekan serta takut akan kegagalan dalam ujian. Kondisi ini tersebut yang dapat

menghambat keberhasilan siswa dalam menghadapi ujian, karena siswa dalam keadaan psikis yang tidak mendukung.

Selain itu berdasarkan dari hasil wawancara peneliti dengan guru bimbingan dan konseling di MTs Al Hikmah Brebes pada tanggal 4 Februari 2014, bahwa salah satu permasalahan siswa kelas IX adalah siswa yang mengalami persoalan akademik salah satunya efikasi diri. Menurut paparan guru BK di sekolah tersebut, siswa kelas IX melakukan hal-hal yang mengindikasikan memiliki efikasi diri rendah, misalnya siswa tidak mengikuti kegiatan belajar mengajar, siswa tidak mengikuti pengayaan dan siswa tidak mengikuti kegiatan *Try Out* soal-soal ujian.

Menurut Bandura (Feist & Feist, 2010: 212), efikasi diri adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Efikasi diri pada siswa memang sangat penting dalam menunjang keberhasilan siswa dalam meraih prestasi belajar siswa terutama keberhasilan siswa dalam ujian. Ketika efikasi diri tinggi dan lingkungan responsif, hasilnya kemungkinan besar akan tercapai. Saat efikasi diri rendah berkombinasi dengan lingkungan responsif, manusia mungkin akan merasa depresi karena mengobservasi bahwa orang lain dapat berhasil melakukan suatu tugas yang terlalu sulit untuknya (Feist & Feist, 2010: 213). Bahayanya bagi siswa yang memiliki efikasi diri yang rendah maka akan mempengaruhi keberhasilan siswa dalam menghadapi ujian, terlebih siswa akan gagal dalam menghadapi ujian.

Banyak peneliti percaya bahwa efikasi diri terkait erat dengan kecemasan pada siswa. Merujuk pada Baron dan Byrne (2004: 183), bahwa performa fisik, tugas akademis, performa dalam pekerjaan, dan kemampuan untuk mengatasi kecemasan dan depresi, ditingkatkan melalui perasaan yang kuat akan *self-efficacy*. Dengan demikian, efikasi diri pada siswa saat akan menghadapi ujian dapat menjadi faktor penting dalam mengurangi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian itu sendiri. Lebih lanjut, Baron dan Byrne (2004: 186), menyatakan bahwa *self-efficacy* akademis berhubungan dengan keyakinan siswa akan kemampuannya melakukan tugas-tugas, mengatur kegiatan belajar mereka sendiri, dan hidup dengan harapan akademis mereka sendiri dan orang lain.

Selain itu, menurut Bandura (Feist & Feist, 2010: 212), keyakinan manusia mengenai efikasi diri mempengaruhi bentuk tindakan yang akan mereka pilih untuk dilakukan, sebanyak apa usaha yang akan mereka berikan ke dalam aktivitas ini, selama apa mereka akan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, serta ketangguhan mereka mengikuti adanya kemunduran. Kemudian menurut Feist & Feist (2010: 212), manusia yang yakin bahwa mereka dapat melakukan sesuatu yang mempunyai potensi untuk dapat mengubah kejadian di lingkungannya, akan lebih mungkin untuk bertindak dan lebih mungkin untuk menjadi sukses dari pada manusia yang mempunyai efikasi diri rendah. Beberapa teori menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap keberhasilan akademis siswa, sehingga siswa perlu memiliki efikasi diri dalam menunjang keberhasilan dalam menghadapi ujian.

Penelitian terkait dengan kecemasan juga dilakukan oleh Harto Widiyas Rachmat pada tahun 2009, Kecemasan Pada Mahasiswa Saat Menghadapi Ujian Skripsi Ditinjau Dari Kepercayaan Diri. Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa. Hal ini mengandung pengertian bahwa semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat kecemasan mereka dalam menghadapi ujian skripsi, dan begitu juga sebaliknya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Harto Widiyas Rachmat, adalah objek penelitian yang diteliti dan subjek penelitian yang diteliti. Penelitian Harto Widiyas Rachmat, menggunakan kecemasan dalam menghadapi ujian skripsi sebagai objek yang diteliti dan mahasiswa sebagai subjek yang diteliti, sedangkan penelitian ini menggunakan kecemasan dalam menghadapi ujian sebagai objek yang diteliti dan siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes sebagai subjek yang diteliti.

Penelitian terkait dengan efikasi diri juga dilakukan oleh Salwa Fariyah pada tahun 2012, Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa SMA Muhammadiyah 6 Yogyakarta. Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi. Bentuk hubungan tersebut adalah efikasi diri tinggi cenderung memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi tinggi, efikasi diri sedang cenderung memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi sedang dan efikasi diri rendah cenderung memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi rendah. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Salwa Fariyah,

adalah objek penelitian yang diteliti dan subjek penelitian yang diteliti. Penelitian Salwa Farihah, menggunakan motivasi berprestasi pada siswa sebagai objek yang diteliti dan siswa SMA Muhammadiyah 6 Yogyakarta sebagai subjek yang diteliti, sedangkan penelitian ini menggunakan kecemasan dalam menghadapi ujian sebagai objek yang diteliti dan siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes sebagai subjek yang diteliti.

Penelitian di atas merupakan penelitian korelasi yang pernah dilakukan, yaitu mengenai hubungan antara dua variabel yang ada kaitannya dengan kecemasan dalam menghadapi ujian maupun efikasi diri. Penelitian-penelitian tersebut membuat peneliti tertarik untuk menggali lebih lanjut mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan pada siswa dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes. Penelitian ini merupakan suatu gagasan yang belum banyak dikembangkan dalam dunia bimbingan dan konseling sehingga teori tentang efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian sangat perlu dikembangkan dan diberikan pada siswa agar para siswa lebih mengetahui dan memahaminya, serta siswa dapat memperoleh hasil maksimal dalam proses pembelajaran terutama hasil ujian.

Kecemasan dalam menghadapi ujian pada kategori tinggi disebabkan oleh efikasi diri siswa yang rendah. Tentunya ketika kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa tinggi akan berpengaruh pada proses belajar dan hasil ujian pada siswa. Guru bimbingan dan konseling diharapkan mampu memberikan layanan bimbingan pribadi untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian

yang dihadapi siswa di sekolah. Siswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian di sekolah membutuhkan bimbingan untuk mengurangi beban di sekolah. Peran bimbingan dan konseling di sekolah menjadi sangat dibutuhkan.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang di atas dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Bagi siswa yang belum siap menghadapi ujian, mengakibatkan munculnya perasaan cemas.
2. Munculnya perasaan tidak yakin bagi siswa yang belum siap menghadapi ujian.
3. Terganggunya kondisi fisik maupun psikis bagi siswa yang belum siap menghadapi ujian.
4. Belum diketahui hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah ditemukan di atas, maka dalam penelitian ini dibatasi pada mencari hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada batasan masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat efikasi diri dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes ?
2. Bagaimana tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes ?
3. Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui tingkat efikasi diri dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes.
2. Mengetahui tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes.
3. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan masukan yang bermanfaat dalam perkembangan ilmu bimbingan dan konseling terutama dalam mengembangkan teori tentang efikasi diri dan kecemasan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Siswa memperoleh informasi mengenai efikasi diri dan kecemasan, sehingga siswa dapat mempersiapkan diri ketika akan menghadapi ujian.

b. Bagi Guru

Guru BK dapat mengetahui siswa yang mengalami kecemasan terhadap ujian, sehingga guru BK dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling pribadi terhadap siswa tersebut agar berhasil dalam menempuh ujian.

c. Bagi Peneliti

Peneliti dapat memperoleh informasi mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan siswa dalam menghadapi ujian dan kegagalan siswa dalam menghadapi ujian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Menurut Bandura (1977: 80), efikasi diri berhubungan dengan keyakinan seseorang untuk mempergunakan kontrol pribadi pada motivasi, kognisi, afeksi pada lingkungan sosialnya. Efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu melaksanakan tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi rintangan. Selanjutnya Bandura menjelaskan bahwa individu cenderung menghindari atau bahkan lari dari situasi yang diyakini bahwa individu tidak mampu untuk menghadapinya.

Alwisol (2009: 287), mengartikan bahwa efikasi diri sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan.

Patton (1998: 160), menjelaskan efikasi diri adalah keyakinan terhadap diri sendiri dengan penuh optimisme serta harapan untuk dapat memecahkan masalah tanpa rasa putus asa. Ketika individu dihadapkan pada stress yang akan timbul maka efikasi dirinya meyakinkan akan terjadinya reaksi terhadap suatu situasi antara reaksi emosi dan usahanya dalam menghadapi kesukaran. Efikasi diri yang dimiliki individu itu dapat membuat individu mampu untuk menghadapi berbagai situasi.

Kreitner & Kinicki (2003: 169), efikasi diri adalah keyakinan seseorang mengenai peluangnya untuk berhasil mencapai tugas tertentu.

Spears & Jordan (Prakoso, 1996: 11), menyatakan bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang bahwa dirinya akan mampu melaksanakan tingkah laku yang dibutuhkan dalam suatu tugas.

Mengacu beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk melaksanakan tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi rintangan.

2. Aspek-Aspek Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997: 42-43), efikasi diri pada diri tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga aspek. Hal ini diungkap dengan skala efikasi diri yang didasarkan pada aspek-aspek efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura yaitu:

a. Tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*)

Aspek ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas. Apabila tugas-tugas yang dibebankan pada individu disusun menurut tingkat kesulitannya, maka perbedaan efikasi diri individu mungkin terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang dan tugas-tugas yang sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang akan dicoba atau dihindari. Individu akan mencoba tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berbeda di luar batas kemampuan yang dirasakan.

Untuk mengetahui cerminan dari tingkat efikasi diri seseorang dalam melaksanakan suatu tugas, maka perlu adanya pengukuran terhadap setiap tuntutan tugas yang harus dilakukan oleh seseorang. Dalam penelitian ini untuk mengukur tingkat efikasi diri seseorang dapat dengan memilih dari lima gradiasi derajat efikasi diri. Gradiasi tersebut antara lain: 1) sama sekali tidak yakin mampu melakukan, 2) tidak yakin mampu melakukan, 3) kadang yakin mampu melakukan, 4) yakin mampu melakukan, dan 5) sangat yakin mampu melakukan.

b. Luas bidang tugas (*Generality*)

Aspek ini berhubungan luas bidang tugas tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuannya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

Dalam mengukur efikasi diri seseorang dalam melakukan suatu tugas itu tidak hanya terbatas pada satu aspek saja, akan tetapi pengukuran efikasi diri tersebut diukur dari beberapa aspek. Adapun aspek-aspek dalam penelitian ini yang menjadi acuan dalam mengukur efikasi diri seseorang, antara lain: sumber daya sosial, kompetensi akademik, regulasi diri dalam belajar, memanfaatkan waktu luang dan kegiatan ekstrakurikuler, efikasi diri dalam regulasi diri dan pengharapan orang lain.

c. Tingkat kemantapan, keyakinan, kekuatan (*Strength*)

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan atau keyakinan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung, sedangkan pengharapan atau keyakinan yang mantap mendorong individu untuk tetap bertahan dalam melakukan dan meningkatkan usahanya meskipun dijumpai pengalaman yang memperlemahnya. Aspek ini biasanya berkaitan langsung dengan aspek level, yaitu semakin tinggi taraf kesulitan tugas, semakin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

Untuk mengetahui tingkat kekuatan dari efikasi diri seseorang maka perlu adanya pengukuran dengan menggunakan skala efikasi diri. Skala efikasi diri ini berguna untuk menggambarkan perbedaan kekuatan dari efikasi diri seseorang dengan orang lain dalam melakukan suatu tugas. Menurut Bandura kekuatan efikasi diri seseorang tersebut dapat digambarkan melalui skala dari 0-100. Namun dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala yang dikembangkan dari Bandura dengan lima pilihan gradiasi pilihan jawaban dan pilihan jawaban tersebut memiliki rentang skor dari 1-5.

Menurut Baron dan Byrne (2004: 186), terdapat tiga aspek efikasi diri yang menjadi prediktor penting pada tingkah laku, antara lain: efikasi diri akademis, efikasi diri sosial dan *self-regulatory*.

a. Efikasi diri akademis

Berhubungan dengan keyakinan siswa akan kemampuannya melakukan tugas-tugas, mengatur kegiatan belajar mereka sendiri, dan hidup dengan harapan akademis mereka sendiri dan orang lain.

b. Efikasi diri sosial

Berhubungan dengan keyakinan mereka akan kemampuannya membentuk dan mempertahankan hubungan, asertif, dan melakukan kegiatan di waktu senggang.

c. *Self-regulatory*

Berhubungan dengan kemampuan menolak tekanan teman sebaya dan mencegah kegiatan berisiko tinggi.

Berdasarkan pendapat di atas bahwa terdapat aspek-aspek penting efikasi diri seseorang yaitu level kesulitan tugas, macam-macam tugas yang bisa individu kuasai dan kekuatan atau kemantapan keyakinan yang dimiliki. Kemudian terdapat tiga aspek yang menjadi prediktor penting pada tingkah laku, antara lain: efikasi diri akademis, efikasi diri sosial dan *self-regulatory*.

3. Dampak Efikasi Diri

Luthans (2005: 78) menyebutkan bahwa efikasi diri secara langsung dapat berdampak pada hal-hal sebagai berikut:

a. Pemilihan perilaku, misalnya keputusan akan dibuat berdasarkan bagaimana efikasi yang dirasakan seseorang terhadap pilihan, misalnya tugas kerja atau bidang karir.

- b. Usaha motivasi, misalnya orang akan mencoba lebih keras dan lebih banyak berusaha pada suatu tugas dimana efikasi diri mereka lebih tinggi dari pada mereka yang memiliki efikasi diri yang rendah.
- c. Daya tahan, misalnya orang dengan efikasi diri tinggi akan mampu bangkit dan bertahan saat menghadapi masalah atau kegagalan, sementara orang dengan efikasi diri rendah cenderung menyerah saat menghadapi rintangan.
- d. Pola pemikiran fasilitatif, misalnya penilaian efikasi mempengaruhi perkataan pada diri sendiri (*self-talk*) seperti orang dengan efikasi diri tinggi mungkin mengatakan pada diri sendiri, “Saya tahu saya dapat menemukan cara untuk memecahkan masalah ini”. Sementara orang dengan efikasi diri rendah mungkin berkata pada diri sendiri, “Saya tahu saya tidak bisa melakukan hal ini, saya tidak mempunyai kemampuan”.
- e. Daya tahan terhadap stres, misalnya orang dengan efikasi diri rendah cenderung mengalami stres dan malas karena mereka berfikir gagal, sementara orang dengan efikasi diri tinggi memasuki situasi penuh tekanan dengan percaya diri dan kepastian dan dengan demikian dapat menahan reaksi stress.

Para peneliti telah mendokumentasikan suatu ikatan yang kuat antara efikasi diri yang tinggi dengan keberhasilan dalam tugas fisik dan mental yang sangat beragam. Sebaliknya, orang-orang dengan efikasi diri yang rendah berhubungan dengan sebuah kondisi yang disebut *learned*

helplessness (ketidakpercayaan terhadap kemampuan seseorang untuk mengendalikan situasi), keyakinan yang drastis melemah sehingga seseorang tidak memiliki kendali atas lingkungannya (Kreitner & Kinicki, 2003: 169).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri memiliki dampak dalam kehidupan seseorang. Adapun dampak dari efikasi diri antara lain, yaitu individu dapat memilih perilaku yang tepat, memiliki motivasi yang tinggi dalam berusaha, mampu bertahan ketika menghadapi masalah, memiliki pola pemikiran fasilitatif, serta lebih tahan terhadap stres.

4. Klasifikasi Efikasi Diri

Individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan cenderung memilih terlibat langsung dalam mengerjakan suatu tugas, sedangkan individu yang memiliki efikasi diri rendah cenderung menghindari tugas tersebut. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung mengerjakan suatu tugas tertentu, atau meskipun tugas-tugas tersebut dirasa sulit. Mereka tidak memandang tugas sebagai suatu ancaman yang harus mereka hindari. Mereka yang gagal dalam melaksanakan sesuatu, biasanya cepat mendapatkan kembali efikasi diri setelah mengalami kegagalan tersebut (Bandura, 1997).

Individu yang memiliki efikasi diri tinggi menganggap kegagalan sebagai akibat dari kurangnya usaha yang keras, pengetahuan dan keterampilan. Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah akan

menjauhi tugas-tugas yang sulit karena tugas tersebut dipandang sebagai ancaman bagi mereka. Individu seperti ini memiliki aspirasi yang rendah serta komitmen yang rendah dalam mencapai tujuan yang mereka pilih atau mereka tetapkan. Individu yang memiliki efikasi diri rendah tidak berpikir tentang bagaimana cara yang baik dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit. Mereka juga lamban dalam membenahi ataupun mendapatkan kembali efikasi diri mereka ketika menghadapi kegagalan (Bandura, 1997).

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki efikasi diri tinggi dan rendah memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. Efikasi diri tinggi

- 1) Cenderung memilih terlibat langsung dalam mengerjakan suatu tugas.
- 2) Cenderung mengerjakan tugas tertentu, sekaligus tugas yang dirasa sulit.
- 3) Menganggap kegagalan sebagai akibat kurangnya usaha, pengetahuan dan keterampilan.
- 4) Gigih dalam berusaha.
- 5) Percaya pada kemampuan diri yang dimiliki.
- 6) Hanya sedikit menampakkan keragu-raguan.
- 7) Suka mencari situasi baru.

b. Efikasi diri rendah

- 1) Cenderung menghindari tugas.
- 2) Ragu-ragu akan kemampuannya.
- 3) Tugas yang sulit dipandang sebagai ancaman.
- 4) Lamban dalam membenahi diri ketika mendapat kegagalan.
- 5) Aspirasi dan komitmen pada tugas lemah.
- 6) Tidak berfikir bagaimana cara menghadapi masalah.
- 7) Tidak suka mencari situasi yang baru.

B. Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

1. Pengertian Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Menurut Sigmud Freud (Alwisol, 2009: 22), kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai.

Atkinson, Atkinson dan Hilgard (1993: 212), menyatakan bahwa yang dimaksud dengan kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti: kekhawatiran dan rasa takut, yang kadang-kadang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda.

Kaplan, Sadock, dan Grebb kecemasan adalah respons terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup (Fitri Fausiah & Julianti Widury, 2005: 73).

Priest (1987: 10), menyatakan bahwa kecemasan adalah perasaan yang dialami seseorang ketika berpikir bahwa sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi. Kecemasan sebagai suatu ketakutan, tidak tentu, bingung, hidup penuh tekanan, dan ketidakpastian. Selain itu Priest juga menambahkan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan umum yang dialami individu dari waktu ke waktu sebagai tanggapan dari situasi yang mengancam.

Kecemasan adalah keadaan suasana perasaan (*mood*) yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan (Durand & Barlow, 2006: 158).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) ulangan umum atau ujian adalah suatu alat untuk mengetahui kemampuan siswa atas semua mata pelajaran yang sudah diberikan (Poerwadarmita, 1996: 1675).

Menurut Tobias (Djiwandono, 2002: 388), Kecemasan sering muncul pada anak sekolah pada saat menghadapi ulangan umum, bahkan membuat anak stress, cemas, tegang dan panik. Kecemasan mempengaruhi siswa yang sedang belajar dan mempengaruhi siswa yang sedang belajar dan mempengaruhi siswa yang sedang mengerjakan tes untuk mencapai prestasi.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan dalam menghadapi ujian adalah terganggunya diri individu berupa ketakutan yang dialami oleh seseorang dalam menghadapi situasi ujian dengan diikuti beberapa gangguan fisik maupun psikis.

2. Komponen Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Menurut Zeidner (1988: 70) terdapat tiga aspek dalam kecemasan ujian yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Ketiga aspek itu mempunyai gejala yang berbeda-beda.

a. Aspek kognitif

Aspek kognitif dianggap sebagai reaksi kognitif yang negatif dari seseorang ketika dihadapkan pada situasi ujian. Aspek kognitif terdiri atas dua komponen yaitu *worry* dan *self-preoccupation*.

Aspek kognitif dari kecemasan ujian mempunyai karakteristik yang sama dengan gejala pada komponen *worry*. Komponen *worry* dianggap sebagai gejala yang lebih menentukan kinerja seseorang dalam mengerjakan ujian atau komponen paling berpengaruh yang dapat mengakibatkan penurunan kinerja dalam situasi evaluatif. Gejala ini merupakan gejala kognitif dari kecemasan, meliputi pemikiran bahwa situasi yang dinilai akan menyulitkan, memberikan perhatian pada implikasi dan konsekuensi kegagalan, berfikir mendapatkan hasil ujian yang tidak memuaskan, ketidakpastian tentang kemampuan mengatasi konsekuensi ujian, dan sangat terfokus dengan pikiran mengkritik diri.

Komponen *self-preoccupation* merupakan kecenderungan untuk menjadi sibuk dan terfokus pada diri sendiri ketika dihadapkan pada ancaman evaluasi. Gejala yang akan dimunculkan pada kecemasan ini meliputi dikuasai oleh ketakutan akan kegagalan, menyalahkan diri,

mengkritik diri sendiri, penilaian yang melemahkan diri, kurang puas terhadap diri sendiri, keraguan terhadap kompetensi akademik diri, ragu terhadap kemampuan diri untuk mengatasi situasi yang menantang, pikiran merendahkan diri, memiliki keyakinan pesimis terhadap diri sendiri, keraguan diri dalam situasi ujian, lebih-lebihkan hasil perilaku negatif, perfeksionis, keyakinan bahwa diri tidak berdaya, dan merasa terasing dalam situasi penilaian.

b. Aspek afektif

Aspek afektif terdiri atas gejala-gejala fisiologis dan emosi. Gejala fisiologis dalam kecemasan ujian seperti gangguan lambung, rasa mual, berkeringat, tangan dingin dan lembab, buang air kecil, mulut kering, tangan atau tubuh gemetar, dan dada berdebar-debar.

Gejala emosi yang tidak menyenangkan dalam kecemasan ujian terdiri atas perasaan tegang, kecemasan tentang masa depan yang tidak menyenangkan, gugup, khawatir, tegang, kesal, ketakutan terhadap sesuatu yang akan terjadi, bingung, marah, dan sedih.

Individu dengan gejala emosi akan sulit memusatkan perhatian pada tugas yang dihadapinya. Pikiran dipenuhi oleh hal-hal yang kurang relevan dengan sesuatu yang harus dikerjakannya seperti selama mengerjakan ujian timbul pikiran tidak percaya diri dan rendah diri, memikirkan hal - hal yang tidak ada hubungannya dengan ujian, yang menjadi pengganggu dan hambatan dalam menyelesaikan ujian dan perasaan-perasaan lain yang tidak menyenangkan.

c. Aspek psikomotorik

Aspek psikomotorik dalam kecemasan ujian merupakan perilaku yang timbul ketika siswa dihadapkan pada situasi ujian. Gejala-gejala dari aspek perilaku biasanya timbul disertai dengan gejala fisiologis berupa perilaku akademik dan sosial. Gejala yang ditimbulkan dari perilaku-perilaku kecemasan terhadap ujian tersebut seperti menunda, menghindar, dan melarikan diri.

Perilaku penundaan pada siswa sebelum menghadapi ujian yaitu penundaan pada akademiknya, perilaku diam merupakan sebuah penghindaran dari karakteristik siswa menghadapi kecemasan, dan siswa menjelang ujian menunda-nunda untuk belajarnya. Perilaku menghindar dan melarikan diri hampir sama yaitu merupakan perangkat melindungi diri sendiri dalam mengurangi ketegangan dan stress sebelum ujian berlangsung, akan tetapi perilaku melarikan diri pada situasi ujian adalah sebuah pikiran yang negatif. Dengan demikian perilaku melarikan diri tidak berlaku pada penelitian ini karena bagaimanapun siswa harus tetap mengikuti ujian yang akan terlaksana.

Menurut Maher (Calhoun dan Acocella, 1990: 21), menjelaskan bahwa reaksi kecemasan memiliki tiga komponen, yaitu: emosional, kognitif dan fisiologis.

a. Komponen emosional

Yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan munculnya kondisi perasaan yang tidak menyenangkan seperti kegugupan, ketegangan dan ketakutan yang hebat.

b. Komponen kognitif

Yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan kekhawatiran individu terhadap konsekuensi-konsekuensi yang mungkin akan dialaminya atau adanya harapan yang negatif. Jika kekhawatiran ini meningkat, maka kemungkinan akan mengganggu kemampuan individu untuk berfikir jernih, memecahkan masalah dan memenuhi tuntutan-tuntutan lingkungan.

c. Komponen fisiologis

Yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan reaksi tubuh terhadap kecemasan yang muncul mungkin akan mendorong munculnya gerakan bagian-bagian tubuh tertentu. Jika pikiran individu dikuasai oleh kekhawatiran atau ketakutan maka sytem syaraf otonomi akan berfungsi, dan akan muncul gejala-gejala fisik seperti: berkeringat, mulut kering, nafas terputus-putus, denyut nadi lebih cepat dan tekanan darah meningkat. Apabila kecemasan berlangsung lama kemungkinan akan muncul gejala tambahan seperti: sakit kepala, kelemahan otot dan gangguan usus (gangguan pencernaan, kejang perut).

Menurut Dacey (2000: 145) dalam mengenali gejala kecemasan dapat di tinjau melalui tiga komponen, yaitu:

a. Komponen psikologis

Berupa kegelisahan, gugup, tegang, cemas, rasa tidak aman, takut, cepat terkejut.

b. Komponen fisiologis

Berupa jantung berdebar, keringat dingin pada telapak tangan, tekanan darah meninggi (mudah emosi), respon kulit terhadap aliran galvanis (sentuhan dari luar) berkurang, gerakan peristaltik (gerakan berulang-ulang tanpa disadari) bertambah, gejala somatik atau fisik (otot), gejala respiratori (pernafasan), gejala gastrointernal (pencernaan), gejala urogenital (perkemihan dan kelamin).

c. Komponen sosial

Berbentuk perilaku yang ditunjukkan oleh individu di lingkungannya. Perilaku itu dapat berupa: tingkah laku (sikap).

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan diatas bahwa dalam mengenali gejala kecemasan dapat di lihat dari beberapa komponen. Di mana komponen-komponen tersebut adalah kognitif, afektif, psikomotorik yang terwujud dalam gejala-gejala psikologis, fisiologis dan sosial.

3. Jenis Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Menurut Sigmud Freud (Alwisol, 2009: 22), mengemukakan tiga jenis kecemasan, antara lain:

a. Kecemasan realistik (*realistic anxiety*)

Kecemasan realistik adalah takut kepada bahaya yang nyata ada di dunia luar. Kecemasan realistik ini menjadi asal-muasal timbulnya kecemasan neurotik dan kecemasan moral.

b. Kecemasan neurotik (*neurotic anxiety*)

Kecemasan neurotik adalah ketakutan terhadap hukuman yang bakal diterima dari orang tua atau figur penguasa lainnya, kalau seseorang tersebut berkhayal dengan caranya sendiri apa yang diyakininya akan menuai hukuman. Hukuman belum tentu diterimanya, karena orang tua belum tentu mengetahui pelanggaran yang dilakukannya, dan misalnya orang tua mengetahui juga belum tentu menjatuhkan hukuman. Jadi, hukuman dan figur pemberi hukuman dalam kecemasan neurotik bersifat khayalan. Kecemasan timbul karena orang itu pernah melakukan hal yang sama sewaktu masih anak-anak dan mendapat hukuman (realistik) yang dicemaskannya.

c. Kecemasan moral (*moral anxiety*)

Kecemasan moral timbul ketika orang melanggar standar nilai orang tua. Kecemasan moral dan kecemasan neurotik tampak mirip, tetapi memiliki perbedaan prinsip yakni: tingkat kontrol ego. Pada kecemasan moral orang tetap rasional dalam memikirkan masalahnya berkat energi superego, sedang pada kecemasan neurotik orang dalam keadaan distress terkadang panik sehingga mereka tidak dapat berfikir

jelas dan energi id menghambat penderita kecemasan neurotik membedakan antara khayalan dengan realita.

Menurut Greenberg (2002: 132), membagi kecemasan menjadi dua macam berdasarkan responnya, yaitu:

- a. *State Anxiety* adalah sensasi kecemasan yang bersifat spesifik dan temporer atau timbul pada situasi tertentu.
- b. *Trait Anxiety* adalah sensasi kecemasan yang bersifat umum dan tidak mengarah pada sesuatu yang spesifik.

Menurut Kartini Kartono (1981: 117), Kecemasan dapat dibagi menjadi dua macam yaitu:

- a. Kecemasan neurotis

Erat kaitannya dengan mekanisme pertahanan diri yang negatif. Faktor penyebab adanya perasaan bersalah dan berdosa serta mengalami konflik-konflik emosional yang serius dan kronis berkesinambungan frustrasi dan ketegangan batin.

- b. Kecemasan psikotis

Kecemasan ini dapat terjadi karena adanya faktor-faktor adanya perasaan bahwa hidupnya terancam dan kacau balau, adanya kebingungan yang hebat yang disebabkan oleh depersonalisasi yaitu hilangnya kepercayaan diri pada seseorang ketika menghadapi suatu masalah dan disorganisasi psikis ketidakmampuan seseorang untuk mengatur perasaan yang ada di dalam dirinya.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan berdasarkan sumbernya dibedakan menjadi kecemasan realistik, neurotik, dan moral. Selain dari sumbernya, kecemasan akademik dapat digolongkan berdasarkan responnya yaitu *state anxiety* dan *trait anxiety*. Kemudian kecemasan dapat dibagi menjadi dua macam yaitu kecemasan neorotis dan psikotis.

4. Dampak Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Menurut Kaplan, Sadock dan Grebb (Fitri Fausiah & Julianti Widury, 2005: 73-74), pada kadar yang rendah, kecemasan membantu individu untuk bersiaga mengambil langkah-langkah mencegah bahaya atau untuk memperkecil dampak bahaya tersebut. Kecemasan sampai pada taraf tertentu dapat mendorong meningkatnya performa. Misalnya, cemas mendapat nilai buruk membuat siswa belajar keras dan mempersiapkan diri menghadapi ujian. Namun apabila kecemasan sangat tinggi, justru akan mengganggu. Misalnya, kecemasan berlebihan saat ujian justru membuat siswa tidak bisa menjawab pertanyaan ujian.

Menurut Kessler (Halgin & Whitbourne, 2010: 198), kecemasan menjadi sumber masalah klinis jika sudah sampai pada tingkat ketegangan yang sedemikian rupa, sehingga mempengaruhi kemampuan berfungsinya seseorang dalam kehidupan sehari-hari karena orang tersebut jatuh ke dalam kondisi maladaptif yang dicirikan dengan reaksi fisik dan psikologis yang ekstrem.

Dari pendapat yang telah dikemukakan diatas mengenai dampak kecemasan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dampak kecemasan dapat berupa hal positif jika tingkat kecemasan itu rendah dan kecemasan dapat berupa hal negatif jika tingkat kecemasan itu tinggi. Kemudian kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari karena kecemasan mempengaruhi kondisi fisik dan psikis seseorang.

C. Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Ujian sekolah seperti ujian harian, ujian tengah semester (UTS), ujian akhir semester (UAS), dan ujian nasional (UN) merupakan rutinitas yang biasa dialami oleh siswa. Namun bagi sebagian siswa yang memiliki efikasi diri yang rendah, ujian dapat menjadi penyebab kecemasan karena siswa kurang memiliki keyakinan diri untuk berhasil dalam menempuh ujian.

Kecemasan itu sendiri merupakan terganggunya diri individu berupa ketakutan yang dialami oleh seseorang terhadap sesuatu yang akan terjadi dengan diikuti beberapa gangguan fisik maupun psikis. Dalam hal ini siswa sering mengalami kecemasan ketika siswa mengalami konflik dalam menghadapi persoalan akademik. Konflik tersebut muncul akibat dari ketidaksesuaian antara apa yang diharapkan oleh siswa dan kenyataan yang terjadi pada siswa dalam menyelesaikan tugas akademik. Sehingga dalam hal ini siswa merasa tertekan dalam menyelesaikan persoalan akademik. Persoalan akademik tersebut yang menimbulkan kecemasan.

Kecemasan sering muncul pada siswa saat menghadapi ujian, bahkan dapat mengganggu aspek psikis, fisik maupun sosial siswa. Sehingga hal ini dapat mempengaruhi kegiatan belajar siswa dan mempengaruhi siswa yang sedang menghadapi ujian.

Ketika gangguan ini muncul pada siswa, kecemasan dan ketakutan yang dirasakan biasanya berhubungan dengan prestasi mereka di sekolah. Siswa terus menerus merasa khawatir jika tidak dapat melakukan tugas sekolah dengan baik, bahkan siswa merasa khawatir pada situasi ketika siswa dievaluasi (Halgin & Whitbourne, 2010: 213).

Kecemasan pada kadar yang rendah memberikan dampak positif bagi seseorang yaitu membantu individu untuk bersiaga mengambil langkah-langkah mencegah bahaya atau untuk memperkecil dampak bahaya tersebut. Misalnya, cemas mendapat nilai buruk membuat siswa belajar keras dan mempersiapkan diri menghadapi ujian. Sedangkan kecemasan pada kadar yang tinggi justru akan sangat mengganggu. Misalnya kecemasan berlebihan saat akan ujian justru membuat siswa mengalami *blocking* dan tidak bisa menjawab pertanyaan ujian (Fitri Fausiah & Julianti Widury, 2005: 73-74).

Kecemasan pada siswa ini lebih disebabkan karena siswa kurang yakin dengan kemampuan mereka sendiri. Kondisi kurang yakin pada diri sendiri atau kurang percaya diri ini mempunyai hubungan dengan motivasi seseorang dan motivasi itu tergantung dari kemampuan seseorang dalam mempergunakan kontrol pribadinya. Kemampuan seseorang dalam mempergunakan kontrol pribadinya disebut efikasi diri.

Kecemasan dengan efikasi diri merupakan dua variabel yang saling berkaitan. Karena ketika seseorang yang memiliki efikasi diri rendah dalam menyelesaikan persoalan akademik maka seseorang tersebut dapat mengalami kecemasan. Sedangkan seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi dalam menyelesaikan persoalan akademik maka seseorang tersebut tidak akan mengalami kecemasan (Nevid, Rathus, & Greene, 2005: 183).

Menurut Bandura (1977: 80), mengatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan bahwa seseorang mampu melaksanakan tugas, mencapai tujuan dan mengatasi rintangan. Kemudian menurut Bandura individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan menghadapi hidup lebih berhasil, yaitu lebih mantap, kurang cemas serta depresi dan lebih berhasil secara akademik.

Berdasarkan pada penjelasan diatas dapat ditarik sebuah hubungan, yaitu efikasi diri memiliki pengaruh penting terhadap kecemasan yang dialami oleh siswa. Dengan efikasi diri yang tinggi siswa tidak akan mengalami kecemasan, terlebih siswa akan yakin berhasil dalam menempuh ujian. Sehingga peneliti berpendapat bahwa efikasi diri sangat berhubungan dengan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian pada siswa.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian yang tercermin dari dinamika psikologis, maka peneliti mengemukakan hipotesis bahwa ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes. Hubungan negatif pada hipotesis penelitian menjelaskan

bahwa apabila nilai efikasi diri siswa tinggi maka tingkat kecemasan rendah. Sebaliknya, apabila nilai efikasi diri siswa rendah maka tingkat kecemasan tinggi.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 10), penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya.

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian korelasional, karena tujuan dari penelitian ini adalah meneliti hubungan antara dua variabel untuk mendapatkan sebuah kesimpulan. Menurut Sukardi (2004: 166), penelitian korelasi adalah suatu penelitian yang melibatkan tindakan pengumpulan data guna menentukan, apakah ada hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih.

Dari teori di atas, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa desain penelitian dalam skripsi yang berjudul Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX MTs Al Hikmah Brebes yaitu termasuk jenis penelitian metode korelasional dengan menggunakan pendekatan kuantitatif karena penelitian ini meneliti hubungan antara dua variabel dengan menggunakan teknik pengukuran terhadap data berupa angka sebagai alat untuk menemukan keterangan mengenai apa yang diteliti.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini berlokasi di MTs Al Hikmah yang terletak di Desa Cipelem, Kecamatan Bulakamba, Kabupaten Brebes. Pemilihan sekolah tersebut sebagai lokasi penelitian karena berdasarkan hasil obeservasi dan wawancara di sekolah tersebut terdapat permasalahan efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian yang dihadapi oleh siswa kelas IX.

2. Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan pada bulan maret 2014.

C. Variabel Penelitian

Menurut Zainal Arifin (2011: 185), menjelaskan bahwa variabel penelitian merupakan fenomena yang bervariasi atau suatu faktor yang jika diukur akan menghasilkan skor yang bervariasi.

Sugiyono (2011: 64), mengemukakan bahwa pengertian variabel bebas dan variabel terikat adalah:

1. Variabel bebas (independent variable) yaitu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah efikasi diri (X).
2. Variabel terikat (dependent variable) yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Adapun variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan dalam menghadapi ujian (Y).

Pola hubungan antar kedua variabel yang akan diteliti dapat digambarkan dalam sebuah paradigma penelitian. Paradigma penelitian ini menggambarkan hubungan antara variabel bebas (X) yaitu variabel efikasi diri dengan variabel terikat (Y) yaitu variabel kecemasan dalam menghadapi ujian.



Gambar 1. Paradigma Penelitian

D. Definisi Operasional

Definisi operasional dari variabel terikat dan variabel bebas dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel efikasi diri dimaksud dalam penelitian ini adalah:

Efikasi diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk melaksanakan tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi rintangan. Efikasi diri pada diri tiap individu akan berbeda antara satu dengan yang lainnya berdasarkan tiga aspek yaitu tingkat kesulitan tugas, luas bidang tugas dan tingkat kemantapan, keyakinan, kekuatan. Adapun indikator yang menjadi acuan dalam mengukur efikasi diri seseorang, antara lain: sumber daya sosial, kompetensi akademik, regulasi diri dalam belajar, memanfaatkan waktu luang dan kegiatan ekstrakurikuler, efikasi diri dalam regulasi diri dan pengharapan orang lain.

2. Variabel kecemasan dalam menghadapi ujian dimaksud dalam penelitian ini adalah:

Kecemasan dalam menghadapi ujian adalah suatu kondisi terganggunya diri individu berupa ketakutan yang dialami oleh seseorang dalam menghadapi situasi ujian dengan diikuti beberapa gangguan fisik maupun psikis. Kecemasan yang dialami oleh seseorang dapat dilihat dari tiga aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotorik. Adapun indikator yang menjadi acuan dalam mengukur kecemasan seseorang, antara lain: *worry*, *self-preoccupation*, fisiologis, emosi, perilaku akademik dan perilaku sosial.

E. Subjek Penelitian

1. Populasi

Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 108), populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas IX MTs Al Hikmah yang terdiri dari 4 kelas dengan jumlah keseluruhan 163 siswa.

Tabel 1. Distribusi Jumlah Populasi

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	Kelas IX A	38
2	Kelas IX B	41
3	Kelas IX C	42
4	Kelas IX D	42
	Jumlah	163

2. Sampel

Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 109), sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Suharsimi Arikunto (2002: 112) menjelaskan jika populasi lebih dari 100, maka sampel yang diambil

adalah 10-15% atau 20-25% lebih. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 38% dari siswa kelas IX MTs Al Hikmah, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Jumlah Sampel

No	Kelas	Jumlah Siswa	Sampel
1	Kelas IX A	38	$38\% \times 38 = 14$
2	Kelas IX B	41	$38\% \times 41 = 16$
3	Kelas IX C	42	$38\% \times 42 = 16$
4	Kelas IX D	42	$38\% \times 42 = 16$
	Jumlah	163	62

Adapun teknik sampling dalam penelitian ini adalah *proporsional stratified random sampling* yaitu cara pengambilan sampel dari anggota populasi secara acak dan berstrata secara proporsional (Zainal Arifin, 2011: 220).

F. Metode Pengumpulan Data

Menurut Suharsimi Arikunto (2005: 100), metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Lebih lanjut Suharsimi Arikunto (2010: 193), menggolongkan dua macam teknik dalam pengumpulan data yaitu tes dan non tes. Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Macam tes meliputi tes kepribadian, tes bakat, tes intelegensi, tes sikap, tes minat, dan tes prestasi. Sedangkan macam non tes meliputi angket atau kuesioner, interviu atau wawancara, observasi, skala bertingkat dan dokumentasi.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode skala. Skala merupakan sebuah instrumen pengumpul data yang bentuknya seperti daftar cocok tetapi alternatif yang disediakan merupakan sesuatu yang berjenjang Suharsimi Arikunto (2005: 105). Alasan peneliti menggunakan metode skala karena skala banyak digunakan untuk mengukur aspek-aspek kepribadian atau aspek-aspek kejiwaan yang lain.

G. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2011: 147), instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Suharsimi Arikunto (2005: 101), menjelaskan bahwa bentuk dari instrumen penelitian antara lain angket, daftar cocok atau pedoman wawancara, lembar pengamatan atau panduan pengamatan, soal tes, inventori, skala dan sebagainya.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang ditujukan untuk mengetahui tingkat efikasi diri dan kecemasan siswa MTs Al Hikmah dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX. Terdapat dua skala yaitu skala efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian.

Skala yang dikembangkan untuk mengetahui tingkat efikasi diri siswa adalah model skala yang dimodifikasi dari skala yang dikembangkan oleh Bandura. Butir-butir item pernyataan dalam skala efikasi diri dikembangkan dari indikator-indikator menjadi acuan Bandura dalam mengukur efikasi diri seseorang, indikator tersebut antara lain: sumber daya sosial, kompetensi akademik, regulasi diri dalam belajar, memanfaatkan waktu luang dan

kegiatan ekstrakurikuler, efikasi diri dalam regulasi diri dan pengharapan orang lain. Kriteria penilaian dalam skala efikasi diri mempunyai lima gradiasi jawaban yaitu sama sekali tidak yakin mampu melakukan, tidak yakin mampu melakukan, kadang yakin mampu melakukan, yakin mampu melakukan dan sangat yakin mampu melakukan. Penilaian setiap alternatif jawaban bergerak dari 1 sampai 5, skor 5 diberikan untuk jawaban sangat yakin mampu melakukan, skor 4 diberikan untuk jawaban yakin mampu melakukan, skor 3 diberikan untuk jawaban kadang yakin mampu melakukan, skor 2 diberikan untuk jawaban tidak yakin mampu melakukan dan skor 1 diberikan untuk jawaban sama sekali tidak yakin mampu melakukan. Peneliti mengadopsi skala dari Bandura karena selain menemukan teori tentang efikasi diri, Bandura juga membuat skala efikasi diri untuk mengukur tingkat efikasi diri seseorang dan skala tersebut sering digunakan oleh para ahli sebagai alat ukur tingkat efikasi diri seseorang.

Skala yang dikembangkan untuk mengetahui tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa adalah model skala *Likert*. Kriteria penilaian skala kecemasan dalam menghadapi ujian pada penelitian ini mempunyai empat gradiasi jawaban yaitu Tidak Pernah (TP), Jarang (J), Sering (SR) dan Selalu (SL). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan *favorable* (mendukung) dan *unfavorable* (tidak mendukung). Masing-masing jawaban memiliki rentang nilai 1-4, bobot penilaian untuk pernyataan *favorable* yaitu TP= 1, J= 2, SR= 3 dan SL= 4. Pada bagian *unfavorable* memiliki bobot TP=4, J=3, SR= 2, dan SL =1.

Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 200), menjelaskan secara umum penyusunan instrumen pengumpul data dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi variabel-variabel dalam rumusan judul penelitian.
2. Mencari indikator atau setiap sub indikator.
3. Menderetkan deskriptor dari setiap indikator.
4. Merumuskan setiap deskriptor menjadi butir-butir instrumen.
5. Melengkapi instrumen dengan petunjuk pengisian dan kata pengantar.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti melakukan penyusunan kisi-kisi efikasi diri dan kecemasan sebagai berikut:

a. Kisi - Kisi Instrumen Variabel Efikasi Diri

Tabel 3. Kisi - Kisi Instrumen Variabel Efikasi Diri

Variabel	Aspek	Indikator	Item Pernyataan	Nomor Butir	Σ
Efikasi Diri	Luas bidang tugas	Sumber daya sosial	1. Meminta bantuan guru ketika saya kesulitan mengerjakan tugas sekolah 2. Meminta bantuan teman ketika saya kesulitan mengerjakan tugas sekolah 3. Meminta bantuan orang tua ketika saya mengalami masalah akademik 4. Meminta bantuan teman ketika saya mengalami masalah akademik	1, 2, 3, 4	4
		Kompetensi akademik	5. Mempelajari pelajaran Matematika 6. Mempelajari pelajaran Bahasa Indonesia 7. Mempelajari pelajaran Bahasa Inggris 8. Mempelajari pelajaran Program (IPA/ IPS/ Bahasa) 9. Mempelajari pelajaran Agama 10. Mempelajari pelajaran PKN 11. Mempelajari pelajaran Sejarah 12. Mempelajari pelajaran Seni Budaya 13. Mempelajari pelajaran Jasmani, Olahraga dan Kesehatan 14. Mempelajari pelajaran TIK 15. Mengikuti ujian Matematika 16. Mengikuti ujian Bahasa Indonesia 17. Mengikuti ujian Bahasa Inggris 18. Mengikuti ujian Program (IPA/ IPS/ Bahasa)	5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	14
		Regulasi diri dalam belajar	19. Menyelesaikan PR sesuai jadwal 20. Belajar dengan orang-orang yang lebih mengerti 21. Berkonsentrasi saat pelajaran berlangsung 22. Mencatat dengan baik selama pelajaran berlangsung 23. Memanfaatkan perpustakaan untuk mencari bahan dalam mengerjakan tugas 24. Merencanakan kegiatan di sekolah dalam satu hari 25. Melakukan kegiatan di sekolah yang sudah direncanakan 26. Mempelajari kembali pelajaran yang sudah disampaikan di kelas	19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28	10

			27. Menata tempat untuk belajar dengan baik 28. Mengerjakan tugas-tugas sekolah		
		Memanfaatkan waktu luang dan kegiatan ekstrakurikuler	29. Mengikuti kegiatan organisasi 30. Mengikuti kegiatan pengembangan bakat misal (pramuka, pmr, karya ilmiah remaja dll) 31. Mengikuti kegiatan olah raga secara teratur	29, 30, 31	3
		Efikasi diri dalam regulasi diri	32. Menolak ajakan teman untuk melakukan sesuatu di sekolah yang bisa mendatangkan masalah 33. Menahan diri dari bolos sekolah ketika saya merasa bosan dan kesal 34. Mengontrol tingkah laku agar tidak menyimpang norma	32, 33, 34	3
		Pengharapan orang lain	35. Memperoleh nilai yang diharapkan orang tua 36. Memperoleh nilai yang diharapkan guru 37. Memperoleh nilai yang diharapkan teman 38. Memperoleh nilai yang diharapkan saya sendiri	35, 36, 37, 38	4
	Jumlah				38

b. Kisi - Kisi Instrumen Variabel Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Tabel 4. Kisi - Kisi Instrumen Variabel Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Variabel	Aspek	Indikator	Item Pernyataan	Nomor Butir		Σ
				F	UF	
Kecemasan	Kognitif	<i>Worry</i>	1. Saya berfikir ujian nanti akan terasa sulit dilalui 2. Saya beranggapan bahwa ujian merupakan hal yang menyenangkan 3. Saya berfikir akan gagal dalam mengikuti ujian 4. Saya beranggapan bahwa kegagalan dalam ujian merupakan hal yang tidak mungkin terjadi pada saya 5. Saya berfikir mendapatkan hasil ujian yang tidak memuaskan 6. Saya beranggapan bahwa mendapatkan hasil ujian yang memuaskan merupakan hal yang pasti bagi saya 7. Saya berfikir tidak siap menerima hasil ujian yang tidak sesuai harapan 8. Saya beranggapan bahwa apapun hasil ujian yang diperoleh saya siap menerima 9. Saya berfikir tidak mampu untuk mengikuti ujian 10. Saya beranggapan bahwa dalam kondisi apapun saya harus mengikuti ujian	1, 3, 5, 7, 9	2, 4, 6, 8, 10	10
		<i>Self-preoccupation</i>	11. Saya menyalahkan diri saya ketika malas belajar untuk mempersiapkan ujian 12. Saya menganggap ujian hal yang biasa, sehingga saya tidak perlu belajar dengan rajin 13. Saya mengkritik diri saya ketika sering menyia-nyiakan waktu untuk belajar soal-soal ujian 14. Saya menganggap waktu untuk hiburan lebih penting daripada waktu untuk belajar merupakan hal wajar ketika akan menghadapi ujian 15. Saya lemah dalam mengerjakan soal ujian yang berupa angka-angka 16. Saya menganggap bahwa menguasai pelajaran yang diujikan merupakan hal yang mudah	11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29	12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30	20

			17. Saya kurang puas dengan kemampuan saya dalam menjawab soal-soal ujian 18. Saya bersyukur dengan pengetahuan yang saya miliki sekarang 19. Saya ragu dengan kecerdasan saya untuk mengerjakan soal-soal ujian 20. Dengan kemampuan yang ada saya yakin dapat mengerjakan soal-soal ujian 21. Saya ragu terhadap kemampuan diri dalam mengatasi kesulitan menjawab soal-soal saat ujian 22. Saya yakin dengan kemampuan yang ada saya mampu mengerjakan soal-soal yang dianggap sulit 23. Saya tidak mampu bersaing dengan teman-teman lain saat ujian 24. Saya menganggap dengan kemampuan yang ada saya dapat bersaing dengan teman-teman lain saat ujian 25. Saya pesimis dapat lulus ujian 26. Saya yakin dapat lulus ujian karena saya sudah belajar dengan maksimal 27. Saya tidak yakin dapat memperoleh hasil memuaskan dalam ujian 28. Saya yakin nilai maksimal ketika ujian akan saya peroleh 29. Saya berfikir saya kurang pintar dibanding teman-teman lain saat mengikuti ujian 30. Saya berfikir kemampuan saya sama dengan teman-teman lain saat mengikuti ujian			
	Afektif	Fisiologis	31. Sakit perut sebelum atau sesudah mengikuti ujian 32. Perut tetap sehat meskipun dalam kondisi apapun saat ujian 33. Perut terasa mual ketika mengerjakan soal-soal ujian yang sulit 34. Meskipun soal-soal ujian sulit dikerjakan namun tidak mempengaruhi kesehatan perut saya 35. Badan berkeringat ketika teman-teman sudah selesai mengerjakan soal ujian 36. Meskipun paling terakhir menyelesaikan soal-soal ujian namun anggota badan tetap tenang 37. Telapak tangan keluar keringat dingin ketika mengerjakan soal ujian 38. Meskipun mengerjakan soal-soal ujian telapak tangan saya tetap	31, 33, 35,37,39, 41,43	32, 34, 36, 38, 40, 42, 44	14

			<p>normal</p> <p>39. Buang air kecil sebelum atau sesudah mengerjakan soal ujian</p> <p>40. Meskipun ketika mengikuti ujian kebiasaan buang air kecil tetap normal</p> <p>41. Tangan atau tubuh gemetar ketika waktu ujian hampir habis</p> <p>42. Meskipun waktu ujian hampir habis tangan atau tubuh tetap tenang</p> <p>43. Jantung berdebar-debar ketika kesulitan menjawab soal ujian</p> <p>44. Meskipun kesulitan menjawab soal ujian detak jantung tetap normal</p>			
		Emosi	<p>45. Saya tegang ketika kesulitan menjawab soal-soal ujian</p> <p>46. Meskipun soal-soal ujian sulit dikerjakan saya tetap tenang mengerjakannya</p> <p>47. Saya cemas ketika akan menghadapi ujian</p> <p>48. Saya menghadapi ujian dengan tenang</p> <p>49. Saya gugup ketika teman-teman sudah selesai mengerjakan soal ujian</p> <p>50. Meskipun dalam posisi tertinggal dalam mengerjakan soal-soal ujian saya tetap santai</p> <p>51. Saya khawatir tidak lulus ujian</p> <p>52. Lulus ujian adalah hal yang saya targetkan</p> <p>53. Saya kesal ketika tidak mendapatkan contekan dari teman</p> <p>54. Banyak teman-teman berbuat curang saat ujian namun saya tetap sabar</p> <p>55. Saya takut ketika pengawasan ujian sangat ketat</p> <p>56. Pengawasan ujian sangat ketat namun tidak mempengaruhi kepercayaan diri saya</p> <p>57. Saya bingung ketika akan menghadapi ujian esok hari</p> <p>58. Saya menikmati hari-hari dengan santai meskipun akan menghadapi ujian esok hari</p> <p>59. Saya marah ketika ada ujian mendadak</p> <p>60. Saya justru senang ketika ada ujian mendadak karena dapat melatih kemampuan dalam menjawab soal ujian</p> <p>61. Saya sedih ketika ada beberapa soal ujian yang tidak bisa dikerjakan</p> <p>62. Beberapa soal ujian tidak bisa dikerjakan itu hal biasa bagi saya</p>	45, 47, 49, 51, 53, 55, 57, 59, 61	46, 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62	18

	Psikomotorik	Perilaku akademik	63. Saya menunda mengerjakan tugas di sekolah 64. Setiap ada tugas di sekolah saya langsung mengerjakan 65. Saya menunda mengerjakan PR 66. Setiap ada PR saya langsung mengerjakan 67. Saya menunda belajar soal-soal yang akan diujikan 68. Saya belajar untuk mempersiapkan ujian sesuai jadwal	63, 65, 67	64, 66, 68	6
		Perilaku sosial	69. Saya menghindari berdiskusi dengan teman untuk membahas soal-soal ujian yang akan dihadapi 70. Mengikuti kegiatan diskusi soal-soal ujian dengan teman membuat saya lebih paham 71. Saya melarikan diri ketika disuruh orang tua untuk belajar mempersiapkan ujian 72. Saya langsung bersemangat jika orang tua memerintahkan saya untuk belajar mempersiapkan ujian 73. Saya melarikan diri ketika ada kegiatan belajar tambahan di sekolah untuk membahas soal-soal ujian yang akan dihadapi 74. Mengikuti kegiatan belajar tambahan di sekolah membuat saya lebih yakin dapat lulus ujian	69, 71, 73	70, 72, 74	6
	Jumlah					74

H. Uji Coba Instrumen

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurannya. Suatu tes atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurannya, atau memberikan hasil ukur, yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah (Saifuddin Azwar, 2004: 5-6).

Dalam penelitian ini untuk menguji validitas skala efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian, peneliti menggunakan validitas item, yakni menguji kevalidan tiap-tiap item pernyataan. Teknik yang digunakan untuk mengetahui validitas item dapat dihitung dengan rumus *Product Moment Pearson* yang dibantu dengan program *SPSS for Windows 16.00 Version*. Rumus *Product Moment Person* adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N. (\sum x. y) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N. \sum X^2 - (\sum X)^2][N. \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : Koefisien korelasi tiap butir soal
- N : Banyaknya anggota kelompok sampel
- $\sum x$: Jumlah skor tiap butir soal
- $\sum y$: Jumlah skor total
- $\sum xy$: Jumlah hasil kali antara x dan y
- $\sum x^2$: Jumlah kuadrat skor tiap butir soal
- $\sum y^2$: Jumlah kuadrat skor total

(Suharsismi Arikunto, 2006: 170)

Uji coba instrumen dilakukan pada siswa kelas IX di MTs Ummul Quro Yogyakarta yang berjumlah 42 siswa. Terdapat dua skala yang diuji cobakan dalam penelitian ini, yaitu skala untuk mengukur efikasi diri dan skala untuk mengukur kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa. Adapun rincian hasil uji validitas yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Efikasi diri

Hasil uji coba skala efikasi diri dapat disimpulkan bahwa dari 38 butir pernyataan terdapat 1 butir pernyataan yang tidak valid. Item yang tidak valid yaitu butir ke 3. Sehingga jumlah butir valid pernyataan skala efikasi diri menjadi butir 37 pernyataan.

b. Kecemasan dalam menghadapi ujian

Hasil uji coba skala kecemasan dalam menghadapi ujian dapat disimpulkan bahwa dari 74 butir pernyataan terdapat 16 butir pernyataan yang tidak valid. Item yang tidak valid yaitu butir ke 4, 15, 16, 17, 38, 42, 44, 45, 46, 48, 50, 58, 60, 61, 62, dan 74. Sehingga jumlah butir valid pernyataan skala kecemasan dalam menghadapi ujian menjadi butir 58 pernyataan.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Agar suatu instrumen itu dapat dipercaya sebagai alat pengumpul data, maka perlu digunakan uji reliabilitas. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan (Suharsimi Arikunto, 2006: 178). Apabila instrumennya sudah

baik dan dapat dipercaya maka berapa kalipun diambil pada waktu yang berbeda dan pada subyek yang sama, tetap akan sama hasilnya.

Dalam penelitian ini untuk menguji reliabilitas skala efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian, rumus yang digunakan untuk mengetahui reliabilitas suatu instrumen tersebut menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Untuk mendapatkan hasil, maka rumus *Alpha Cronbach* dibantu dengan program *SPSS for Windows 16.00 Version*. Rumus *Alpha Cronbach* adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{K-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

r_{11} : Reliabilitas instrumen

k : Banyaknya butir penyataan atau banyak soal

$\sum ab^2$: Jumlah variasi butir

σ_t^2 : Variasi soal

(Suharsimi Arikunto, 2006: 196)

Dalam aplikasi, reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas (r_{II}) yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Saifuddin Azwar, 2007: 83).

Adapun rincian hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

a. Efikasi Diri

Berdasarkan dari hasil uji reliabilitas instrumen pada skala efikasi diri dapat disimpulkan bahwa tingkat reliabilitas yang

didapatkan adalah sebesar 0,947 sehingga instrumen ini dikatakan reliabel karena nilai reliabilitas yang dimiliki mendekati 1,00.

b. Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Berdasarkan dari hasil uji reliabilitas instrumen pada skala kecemasan dalam menghadapi ujian dapat disimpulkan bahwa tingkat reliabilitas yang didapatkan adalah sebesar 0,948 sehingga instrumen ini dikatakan reliabel karena nilai reliabilitas yang dimiliki mendekati 1,00.

I. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan data atau menentukan tendensi sentral yang meliputi perhitungan rata-rata atau *mean* (M), *modus* (Mo), *median* (Me), dan simpangan baku (SD), serta histogram dari masing-masing variabel.

Penentuan kategori kecenderungan tiap-tiap variabel didasarkan pada norma atau ketentuan kategori. Menurut Saifuddin Azwar (2012: 149), menjelaskan langkah-langkah pengkategorisasian tiap variabel adalah sebagai berikut:

$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	= Tinggi
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	= Sedang
$X < (\mu - 1,0\sigma)$	= Rendah

Keterangan:

μ : Mean ideal

σ : Standar deviasi

X : Skor yang diperoleh

Berdasarkan analisis yang dilakukan menggunakan SPSS 16.0 *For Windows*, diketahui bahwa variabel efikasi diri memiliki Mean= 87,92, Standar Deviasi= 18,888, Median= 87,00, Modus= 72, Nilai Maksimum= 143 dan Nilai Minimum= 50.

Berdasarkan menggunakan nilai Mean Ideal= 111, Nilai Maksimum Ideal= 185 dan Nilai Minimum Ideal= 37, SD Ideal= 24,67 yang diketahui dari perkalian jumlah item dengan skor tertinggi dan terendah pada skala, maka dapat diketahui kategori skor sebagai berikut:

Tabel 5. Kategori Skor Efikasi Diri

No	Kategori	Skor
1	Tinggi	$135,67 \leq X$
2	Sedang	$86,33 \leq X < 135,67$
3	Rendah	$X < 86,33$

Berdasarkan skor standar di atas dapat diketahui 1 orang siswa berada dalam kategori tinggi, 32 orang siswa berada dalam kategori sedang dan 29 orang siswa berada dalam kategori rendah.

Kemudian berdasarkan analisis yang dilakukan menggunakan SPSS 16.0 *For Windows*, diketahui bahwa variabel kecemasan dalam menghadapi ujian memiliki Mean= 226,10, Standar Deviasi= 20,735, Median= 233,00, Modus= 234, Nilai Maksimum= 269 dan Nilai Minimum= 170.

Berdasarkan menggunakan nilai Mean Ideal= 174, Nilai Maksimum Ideal= 290 dan Nilai Minimum Ideal= 58, SD Ideal= 38,67 yang diketahui dari perkalian jumlah item dengan skor tertinggi dan terendah pada skala, maka dapat diketahui kategori skor sebagai berikut:

Tabel 6. Kategori Skor Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

No	Kategori	Skor
1	Tinggi	$212,67 \leq X$
2	Sedang	$135,33 \leq X < 212,67$
3	Rendah	$X < 135,33$

Berdasarkan skor standar di atas dapat diketahui 43 orang siswa berada dalam kategori tinggi, 19 orang siswa berada dalam kategori sedang dan tidak ada orang siswa berada dalam kategori rendah.

2. Uji Persyaratan Analisis

Uji persyaratan analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas dan uji linieritas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian berdistribusi normal apa tidak. Dalam uji normalitas ini menggunakan rumus chi - kuadrat, sebagai berikut:

$$\chi^2 = \sum \frac{(fa - fh)^2}{fh}$$

Keterangan:

χ^2 : Koefisien chi-kuadrat

fa : Frekuensi yang diperoleh dari (diobservasi dalam) sampel

fh : Frekuensi yang diharapkan dalam sampel sebagai pencerminan dari frekuensi yang diharapkan dalam populasi

(Sutrisno Hadi, 2004: 259).

Untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data dilakukan dengan membandingkan antara chi-kuadrat yang dihitung dengan chi-kuadrat tabel signifikan 5% dengan kebebasan sama dengan K-1. Jika p lebih besar atau sama dengan 0,05 maka dapat dikatakan data

berdistribusi normal, sebaliknya jika harga p lebih kecil dari 0,05 maka berdistribusi tidak normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat terbentuk linear atau tidak.

Rumus yang digunakan dalam uji linearitas, sebagai berikut:

$$F_{reg} = \frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$$

Keterangan:

F_{reg} : Harga bilangan F untuk garis regresi

RK_{reg} : Rerata kuadrat garis regresi

RK_{res} : Rerata kuadrat residu

(Sutrisno Hadi, 1995: 14).

Taraf signifikan yang digunakan untuk uji linearitas hubungan variabel bebas dengan variabel terikat pada penelitian ini adalah taraf signifikan 5%, dengan derajat kebebasan (db) untuk regresi harga F adalah 1 lawan N-1. Jika harga p lebih besar dari 0,05 maka kedua variabel mempunyai hubungan yang linear, sebaliknya jika harga p lebih kecil dari 0,05 maka hubungan antara kedua variabel tidak linear.

3. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis penelitian ini, digunakan teknik analisis korelasi *product moment*. Teknik analisis ini digunakan untuk mengetahui besarnya korelasi efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian. Rumus dari analisis korelasi efikasi diri dengan kecemasan dalam

menghadapi ujian menggunakan rumus *product moment* dari Karl Pearson dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{[n\sum x_i^2 - (\sum x_i)^2][n\sum y_i^2 - (\sum y_i)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi *Product Moment*

n : Jumlah subjek

x_i : Jumlah skor item / nilai tiap angket

y_i : Jumlah skor total / nilai total angket

Sugiyono (2008 : 228)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum MTs Al Hikmah Brebes

MTs Al Hikmah Cipelem berdiri sejak tanggal 31 Juli tahun 1999, mulanya bernama MTs Al Ikhsan. Terletak di Jalan Desa Cipelem Kecamatan Bulakamba Kabupaten Brebes. Mula-mula satu atap dengan Madrasah Diniyah Hidayatul Mubtadiin Desa Cipelem. Pada tahun 2003 MTs Al Ikhsan melalui Yayasan Pendidikan Pondok Pesantren Al Hikmah Bumiayu mendapatkan bantuan dari Bank Dunia berupa Unit Sekolah Baru (USB). Kemudian tahun 2003 pindah di jalan Kemuning, sedangkan bangunan di jalan Desa Cipelem (Depan Masjid Cipelem) dipergunakan hanya untuk Madrasah Diniyah.

Sejak saat bantuan Bank Dunia Diberikan MTs Al Ikhsan yang dikelola/diselenggarakan oleh Yayasan Ikhsan kemudian berganti nama dengan MTs Al Hikmah yang dikelola/diselenggarakan oleh Yayasan Pendidikan Pondok Pesantren Al Hikmah.

Sekolah ini memiliki tenaga pengajar sebanyak 27 dengan jumlah siswa ±627 yang tersebar dalam 5 kelas VII, 6 kelasVIII, dan 4 kelas IX. Sebagian guru yang mengajar di MTs Al Hikmah Brebes ini memiliki latar belakang pendidikan yang sesuai dengan bidangnya. Namun untuk guru BK yang menangani siswa MTs Al Hikmah sendiri belum sesuai dengan standar. Guru BK di sekolah ini hanya memiliki 2 orang guru BK dan setiap guru mengampu 313 siswa kemudian pelaksanaan kinerja guru BK di sekolah ini

belum menerapkan pola pelaksanaan kinerja yang umumnya di selenggarakan oleh sekolah lain.

B. Hasil Penelitian

1. Profil Subyek Penelitian

Data dalam penelitian ini diperoleh melalui instrumen berupa skala yang bertujuan mengukur efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian pada subjek penelitian, yaitu siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes yang berjumlah 62 siswa. Subyek penelitian ini mempunyai karakteristik yang berbeda. Karakteristik yang diambil dalam penelitian ini meliputi jenis kelamin dan kelas. Distribusi frekuensi karakteristik subyek dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Karakteristik Subyek Penelitian

No	Kriteria		Jumlah	Persentase %
1	Jenis Kelamin	Laki-Laki	21	33,8
		Perempuan	41	66,2
2	Kelas	IX A	14	22,6
		IX B	16	25,8
		IX C	16	25,8
		IX D	16	25,8

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa jumlah subyek penelitian berdasarkan jenis kelamin terbagi menjadi dua yaitu laki-laki sebanyak 21 (33,8%) dan perempuan sebanyak 41 (66,2%). Jumlah subyek laki-laki dan perempuan selisih 20 siswa, hal tersebut dikarenakan dalam pengambilan subyek penelitian dilakukan secara acak tanpa memperhatikan jenis kelamin.

Jumlah subyek penelitian berdasarkan kelas terbagi menjadi empat kelas yaitu kelas IX A berjumlah 14 siswa (22,6%), kelas IX B berjumlah 16 siswa (25,8%), kelas IX C berjumlah 16 siswa (25,8%) dan kelas IX D berjumlah 16 siswa (25,8%). Jumlah subyek yang diambil merupakan 38% dari total siswa dalam kelas tersebut.

2. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Berikut beberapa data yang diperoleh berdasarkan data profil yang telah dijabarkan sebelumnya:

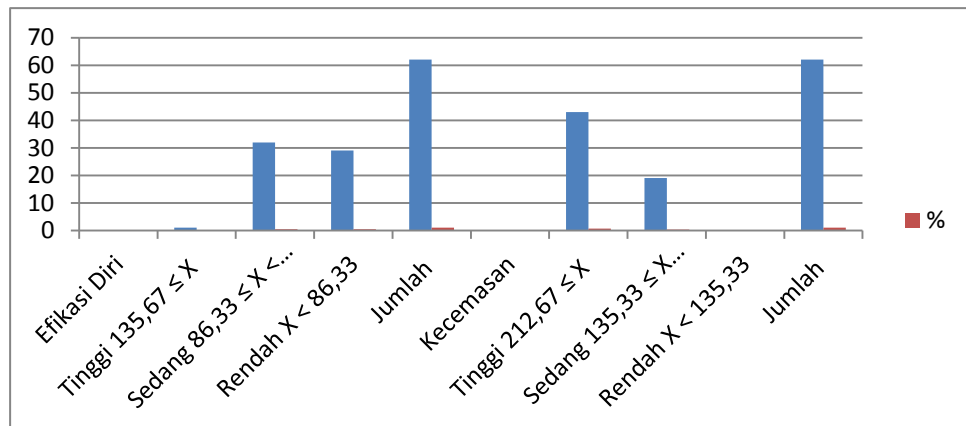
a. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Secara Keseluruhan

Dari 62 sampel siswa kelas IX MTs Al Hikmah diperoleh data secara keseluruhan yang terbagi menjadi 3 (tiga) kategori, yakni tinggi, sedang dan rendah. Berikut kategorisasi secara keseluruhannya:

Tabel 8. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Secara Keseluruhan

Variabel	Jumlah	%
Efikasi Diri		
Tinggi $135,67 \leq X$	1	1.6
Sedang $86,33 \leq X < 135,67$	32	51.6
Rendah $X < 86,33$	29	46.8
Jumlah	62	100
Kecemasan dalam Menghadapi Ujian		
Tinggi $212,67 \leq X$	43	69.4
Sedang $135,33 \leq X < 212,67$	19	30.6
Rendah $X < 135,33$	0	0
Jumlah	62	100

Grafik 1. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Secara Keseluruhan



Berdasarkan tabel dan grafik kategorisasi variabel efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian secara keseluruhan dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa kelas IX MTs Al Hikmah yang menjadi sampel penelitian berada pada efikasi diri dengan kategori sedang sebanyak 32 siswa (51,6%) dan kecemasan dengan kategori tinggi sebanyak 43 siswa (69,4%).

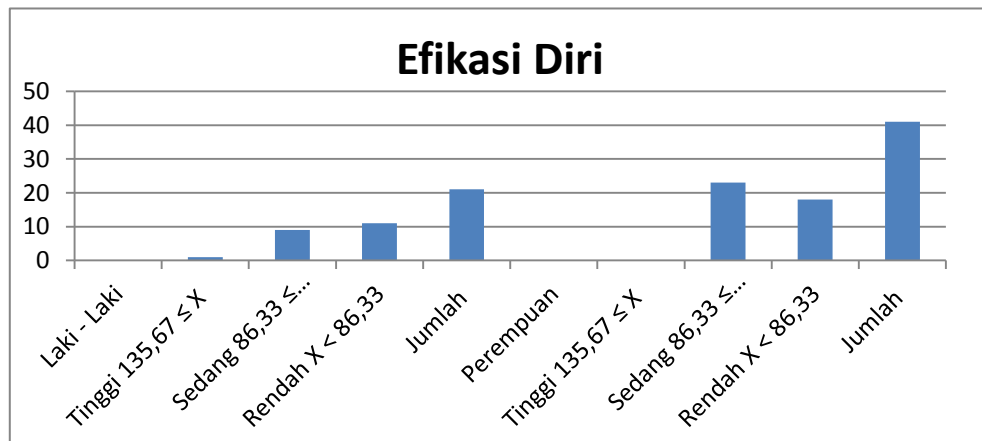
b. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Jenis Kelamin

Dari 62 sampel siswa kelas IX MTs Al Hikmah diperoleh data berdasarkan jenis kelamin (laki-laki dan perempuan) diperoleh data yang terbagi menjadi 3 (tiga) kategori, yakni tinggi, sedang dan rendah. Berikut kategorisasi berdasarkan jenis kelamin:

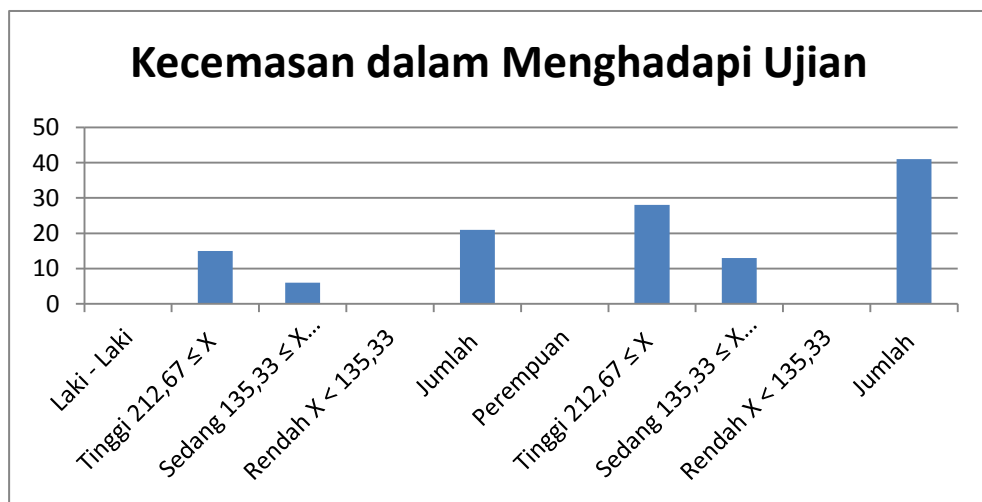
Tabel 9. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin			
	Laki-Laki		Perempuan	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Efikasi Diri				
Tinggi $135,67 \leq X$	1	1,6		
Sedang $86,33 \leq X < 135,67$	9	14,5	23	37,1
Rendah $X < 86,33$	11	17,7	18	29,1
Jumlah	21	33,8	41	66,2
Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian				
Tinggi $212,67 \leq X$	15	24,2	28	45,2
Sedang $135,33 \leq X < 212,67$	6	9,6	13	21
Rendah $X < 135,33$				
Jumlah	21	33,8	41	66,2

Grafik 2. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri Berdasarkan Jenis Kelamin



Grafik 3. Kategorisasi Variabel Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Jenis Kelamin



Berdasarkan tabel dan grafik kategorisasi variabel efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian berdasarkan jenis kelamin dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa laki-laki maupun perempuan berada pada efikasi diri kategori sedang. Namun sebagian besar siswa laki-laki kelas IX MTs Al Hikmah yang menjadi sampel penelitian berada pada efikasi diri dengan kategori rendah sebanyak 11 siswa (17,7%) dan sebagian besar siswa perempuan berada pada efikasi diri dengan kategori sedang sebanyak 23 siswa (37,1 %).

Kemudian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa laki-laki maupun perempuan berada pada kecemasan kategori tinggi. Dengan sebagian besar siswa laki-laki kelas IX MTs Al Hikmah yang menjadi sampel penelitian berada pada kecemasan dengan kategori tinggi sebanyak 15 siswa (24,2 %) dan sebagian besar siswa perempuan berada pada kecemasan dengan kategori tinggi sebanyak 28 siswa (45,2 %).

c. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Kelas

Dari 62 sampel siswa kelas IX MTs Al Hikmah diperoleh data berdasarkan kelas yang terbagi menjadi 3 (tiga) kategori, yakni tinggi, sedang dan rendah. Berikut kategorisasi berdasarkan kelas:

Tabel 10. Kategorisasi Variabel Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Kelas

Variabel	Kelas																Total	
	IX A				IX B				IX C				IX D					
	L	%	P	%	L	%	P	%	L	%	P	%	L	%	P	%	N	%
Efikasi Diri																		
Tinggi									1	1,6							1	1,6
Sedang	4	6,4	5	8,0	0	0	5	8,1	2	3,2	9	14,5	3	4,8	4	6,4	32	51,6
Rendah	3	4,8	2	3,2	4	6,4	7	11,3	1	1,6	3	4,9	3	4,8	6	9,7	29	46,8
Jumlah	7	11,2	7	11,2	4	6,4	12	19,3	4	6,4	12	19,4	6	9,6	10	16,1	62	100
Kecemasan dalam menghadapi ujian																		
Tinggi	4	6,4	4	6,4	4	6,4	9	14,5	1	1,6	6	9,7	6	9,6	9	14,5	43	69,4
Sedang	3	4,8	3	4,8	0	0	3	4,8	3	4,8	6	9,7	0	0	1	1,6	19	30,6
Rendah																		
Jumlah	7	11,2	7	11,2	4	6,4	12	19,3	4	6,4	12	19,4	6	9,6	10	16,1	62	100

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian berdasarkan kelas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kelas berada pada efikasi diri kategori sedang. Adapun kelas dengan kategori sedang adalah kelas IX C dengan 2 laki-laki (3,2%) dan 9 perempuan (14,5%) dengan memperoleh jumlah siswa terbanyak dengan kategori sedang.

Kemudian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kelas berada pada kecemasan dalam menghadapi ujian kategori tinggi. Adapun kelas dengan kategori tinggi adalah kelas IX D dengan 6 laki-laki (9,6%) dan 9 perempuan (14,5%) dengan memperoleh jumlah siswa terbanyak dengan kategori tinggi.

3. Mean Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Indikator

Berikut mean kedua variabel penelitian ini berdasarkan indikator :

a. Efikasi Diri

Dalam skala efikasi diri yang telah disebarkan kepada 62 siswa memiliki 37 item pernyataan. Skala ini memiliki tiga aspek yaitu 1) aspek tingkat kesulitan tugas, 2) luas bidang tugas dan 3) tingkat kemantapan, keyakinan dan kekuatan.

Dalam skala efikasi diri ini masing-masing aspek memiliki fungsi yang berbeda. Aspek tingkat kesulitan tugas berfungsi untuk mengukur tingkat efikasi diri seseorang dapat dengan memilih dari lima gradiasi derajat efikasi diri. Aspek luas bidang tugas berfungsi untuk menjadi acuan dalam mengukur efikasi diri seseorang, adapun indikator yang menjadi acuan yakni sumber daya sosial, kompetensi akademik, regulasi diri dalam belajar, memanfaatkan waktu luang dan kegiatan ekstrakurikuler, efikasi diri dalam regulasi diri dan pengharapan orang lain. Kemudian aspek tingkat kemantapan, keyakinan dan kekuatan berfungsi untuk mengetahui tingkat kekuatan dengan pilihan gradiasi jawaban. Berikut analisisnya :

Tabel 11. Mean Efikasi Diri Siswa

Indikator	No Item	Item Pernyataan	Skor Item	Rata-rata	Keterangan
Sumber daya sosial	1	Meminta bantuan guru ketika saya kesulitan mengerjakan tugas sekolah	185	2,98	Kadang yakin mampu melakukan
	2	Meminta bantuan teman ketika saya kesulitan mengerjakan tugas sekolah	164	2,64	Kadang yakin mampu melakukan
	3	Meminta bantuan teman ketika saya mengalami masalah akademik	161	2,59	Kadang yakin mampu melakukan
	Rata-rata per indikator		170	2,74	Kadang yakin mampu melakukan
Kompetensi akademik	4	Mempelajari pelajaran Matematika	160	2,58	Kadang yakin mampu melakukan
	5	Mempelajari pelajaran Bahasa Indonesia	113	1,82	Tidak yakin mampu melakukan
	6	Mempelajari pelajaran Bahasa Inggris	150	2,41	Kadang yakin mampu melakukan
	7	Mempelajari pelajaran Program (IPA/ IPS/ Bahasa)	153	2,46	Kadang yakin mampu melakukan
	8	Mempelajari pelajaran Agama	117	1,88	Tidak yakin mampu melakukan
	9	Mempelajari pelajaran PKN	165	2,66	Kadang yakin mampu melakukan
	10	Mempelajari pelajaran Sejarah	132	2,12	Kadang yakin mampu melakukan
	11	Mempelajari pelajaran Seni Budaya	156	2,51	Kadang yakin mampu melakukan
	12	Mempelajari pelajaran Jasmani, Olahraga dan Kesehatan	117	1,88	Tidak yakin mampu melakukan
	13	Mempelajari pelajaran TIK	151	2,43	Kadang yakin mampu melakukan
	14	Mengikuti ujian Matematika	148	2,38	Kadang yakin mampu melakukan
	15	Mengikuti ujian Bahasa Indonesia	116	1,87	Tidak yakin mampu melakukan
	16	Mengikuti ujian Bahasa Inggris	129	2,08	Kadang yakin mampu melakukan
	17	Mengikuti ujian Program (IPA/ IPS/ Bahasa)	150	2,41	Kadang yakin mampu melakukan
	Rata-rata per indikator		140	2,25	Kadang yakin mampu melakukan
Regulasi diri dalam belajar	18	Menyelesaikan PR sesuai jadwal	153	2,46	Kadang yakin mampu melakukan
	19	Belajar dengan orang-orang yang lebih mengerti	122	1,96	Tidak yakin mampu melakukan
	20	Berkonsentrasi saat pelajaran berlangsung	126	2,03	Kadang yakin mampu melakukan
	21	Mencatat dengan baik selama pelajaran berlangsung	135	2,17	Kadang yakin mampu melakukan
	22	Memanfaatkan perpustakaan untuk mencari bahan dalam mengerjakan tugas	160	2,58	Kadang yakin mampu melakukan
	23	Merencanakan kegiatan di sekolah dalam satu hari	183	2,95	Kadang yakin mampu melakukan
	24	Melakukan kegiatan di sekolah yang sudah direncanakan	140	2,25	Kadang yakin mampu melakukan
	25	Mempelajari kembali pelajaran yang sudah disampaikan di kelas	163	2,62	Kadang yakin mampu melakukan
	26	Menata tempat untuk belajar dengan baik	127	2,04	Kadang yakin mampu melakukan
	27	Mengerjakan tugas-tugas sekolah	145	2,33	Kadang yakin mampu melakukan
	Rata-rata per indikator		145	2,34	Kadang yakin mampu melakukan
Memanfaatkan waktu luang dan kegiatan ekstrakurikuler	28	Mengikuti kegiatan organisasi	162	2,61	Kadang yakin mampu melakukan
	29	Mengikuti kegiatan pengembangan bakat misal (pramuka, pmr, karya ilmiah remaja dll)	167	2,69	Kadang yakin mampu melakukan
	30	Mengikuti kegiatan olah raga secara teratur	135	2,17	Kadang yakin mampu melakukan
	Rata-rata per indikator		155	2,49	Kadang yakin mampu melakukan
Efikasi diri dalam regulasi	31	Menolak ajakan teman untuk melakukan sesuatu di sekolah yang bias mendatangkan masalah	183	2,95	Kadang yakin mampu melakukan

	32	Menahan diri dari bolos sekolah ketika saya merasa bosan dan kesal	155	2,5	Kadang yakin mampu melakukan
	33	Mengontrol tingkah laku agar tidak menyimpang norma	134	2,16	Kadang yakin mampu melakukan
	Rata-rata per indikator		157	2,53	Kadang yakin mampu melakukan
Pengharapan orang lain	34	Memperoleh nilai yang diharapkan orang tua	153	2,46	Kadang yakin mampu melakukan
	35	Memperoleh nilai yang diharapkan guru	152	2,45	Kadang yakin mampu melakukan
	36	Memperoleh nilai yang diharapkan teman	162	2,61	Kadang yakin mampu melakukan
	37	Memperoleh nilai yang diharapkan saya sendiri	127	2,04	Kadang yakin mampu melakukan
	Rata-rata per indikator		149	2,39	Kadang yakin mampu melakukan
	Rata-rata aspek		153	2,46	Kadang yakin mampu melakukan
	Rata-rata keseluruhan		153	2,46	Kadang yakin mampu melakukan

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa skor rata-rata keseluruhan jawaban siswa pada item-item pernyataan dari skala efikasi diri adalah 2,46, artinya rata-rata siswa menjawab pilihan kadang yakin mampu melakukan. Hal ini menunjukkan bahwa siswa rata-rata memiliki tingkat efikasi diri yang tidak cenderung tinggi dan tidak cenderung rendah atau dapat dikatakan siswa berada pada tingkat efikasi diri sedang.

Tabel 12. Mean Efikasi Diri Berdasarkan Indikator

Aspek	Indikator	Mean	Peringkat	Keterangan
Luas bidang tugas	Sumber daya sosial	2,74	1	Kadang yakin mampu melakukan
	Kompetensi akademik	2,25	6	Kadang yakin mampu melakukan
	Regulasi diri dalam belajar	2,34	5	Kadang yakin mampu melakukan
	Memanfaatkan waktu luang dan kegiatan ekstrakurikuler	2,49	3	Kadang yakin mampu melakukan
	Efikasi diri dalam regulasi diri	2,53	2	Kadang yakin mampu melakukan
	Pengharapan orang lain	2,39	4	Kadang yakin mampu melakukan

Selanjutnya dari tabel di atas dapat dianalisis, adapun analisisnya sebagai berikut:

Efikasi diri siswa ditinjau dari indikator bahwa paling tinggi adalah sumber daya sosial memperoleh rata-rata 2,74 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Kemudian berdasarkan indikator paling rendah adalah kompetensi akademik memperoleh rata-rata 2,25 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan.

Berdasarkan urutan indikator, sumber daya sosial merupakan indikator yang memperoleh rata-rata tertinggi yaitu 2,74 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 3 “meminta bantuan teman ketika saya mengalami masalah akademik” memperoleh rata-rata terendah yaitu 2,59 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Sedangkan item nomer 1 “meminta bantuan guru ketika saya kesulitan mengerjakan tugas sekolah” merupakan item dengan rata-rata tertinggi yaitu 2,98 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan.

Berbeda dengan sumber daya sosial, efikasi diri dalam regulasi diri berada di urutan kedua dengan selisih 21 angka dengan indikator pertama dengan memperoleh rata-rata yaitu 2,53 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 33 “mengontrol tingkah laku agar tidak menyimpang norma” memperoleh rata-rata terendah yaitu 2,16 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Sedangkan item nomer 31 “menolak ajakan teman untuk melakukan sesuatu di sekolah yang bisa mendatangkan masalah” merupakan item dengan rata-rata tertinggi yaitu 2,95 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan.

Posisi ketiga diisi oleh indikator memanfaatkan waktu luang dan kegiatan ekstrakurikuler dengan memperoleh rata-rata yaitu 2,49 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 30 “mengikuti kegiatan olah raga secara

teratur” memperoleh rata-rata terendah yaitu 2,17 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Sedangkan item nomer 29 “mengikuti kegiatan pengembangan bakat misal (Pramuka, PMR, Karya Ilmiah Remaja dll)” merupakan item dengan rata-rata tertinggi yaitu 2,69 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan.

Sesuai dengan perolehan rata-rata indikator, pengharapan orang lain berada pada posisi keempat dengan memperoleh rata-rata yaitu 2,39 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 37 “memperoleh nilai yang diharapkan saya sendiri” memperoleh rata-rata terendah yaitu 2,04 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Sedangkan item nomer 35 “memperoleh nilai yang diharapkan guru” merupakan item dengan rata-rata tertinggi yaitu 2,45 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan.

Dalam hal kegiatan belajar, siswa yang diteliti tidak terlalu giat dalam belajar. Sesuai dengan perolehan indikator regulasi diri dalam belajar yang berada pada posisi kelima dengan memperoleh rata-rata yaitu 2,34 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 19 “belajar dengan orang-orang yang lebih mengerti” memperoleh rata-rata terendah yaitu 1,96 dengan keterangan tidak yakin mampu melakukan. Sedangkan item nomer 23 “merencanakan kegiatan di sekolah dalam satu hari”

merupakan item dengan rata-rata tertinggi yaitu 2,95 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan.

Dari beberapa indikator yang sudah dijelaskan di atas, kompetensi akademik memperoleh rata-rata paling rendah yaitu 2,25 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan, sehingga dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa memiliki efikasi rendah dalam hal akademik. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 5 “mempelajari pelajaran bahasa Indonesia” dengan rata-rata yaitu 1,82 kemudian item nomer 15 “mengikuti ujian bahasa Indonesia” dengan rata-rata yaitu 1,87 dan item nomer 12 “mempelajari pelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan” dengan rata-rata yaitu 1,88 memperoleh rata-rata terendah dengan keterangan tidak yakin mampu melakukan. Sedangkan item nomer 9 “mempelajari pelajaran PKN” merupakan item dengan rata-rata tertinggi yaitu 2,66 dengan keterangan kadang yakin mampu melakukan.

b. Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Dalam skala kecemasan dalam menghadapi ujian yang telah disebarkan kepada 62 siswa memiliki 58 item pernyataan. Skala ini memiliki tiga aspek, yakni aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Aspek kognitif memiliki dua indikator, yakni *worry* dan *self-preoccupation*. Aspek kognitif memiliki dua indikator, yakni fisiologis dan emosi. Kemudian aspek psikomotorik memiliki dua indikator, yakni perilaku akademik dan perilaku sosial.

Masing masing jawaban dari item pernyataan diberi skor dari 1 sampai 4. Kemudian masing-masing jawaban dihitung berdasarkan banyaknya pemilih, jumlah keseluruhan jawaban dirata-ratakan dan diberi keterangan yang sesuai. Berikut analisisnya:

Tabel 13. Mean Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Indikator	No Item	Item Pernyataan	F/UF	Skor Item	Rata-rata	Keterangan
Worry	1	Saya berfikir ujian nanti akan terasa sulit dilalui	F	200	2,22	Sering
	2	Saya beranggapan bahwa ujian merupakan hal yang menyenangkan	UF	215	2,46	Jarang
	3	Saya berfikir akan gagal dalam mengikuti ujian	F	258	3,16	Selalu
	4	Saya berfikir mendapatkan hasil ujian yang tidak memuaskan	F	255	3,11	Selalu
	5	Saya beranggapan bahwa mendapatkan hasil ujian yang memuaskan merupakan hal yang pasti bagi saya	UF	248	3	Jarang
	6	Saya berfikir tidak siap menerima hasil ujian yang tidak sesuai harapan	F	219	2,53	Sering
	7	Saya beranggapan bahwa apapun hasil ujian yang diperoleh saya siap menerima	UF	290	3,67	Tidak Pernah
	8	Saya berfikir tidak mampu untuk mengikuti ujian	F	272	3,38	Selalu
	9	Saya beranggapan bahwa dalam kondisi apapun saya harus mengikuti ujian	UF	291	3,69	Tidak Pernah
	Rata-rata per indikator			249.8	3,02	Selalu
Self-preoccupation	10	Saya menyalahkan diri saya ketika malas belajar untuk mempersiapkan ujian	F	193	2,11	Sering
	11	Saya menganggap ujian hal yang biasa, sehingga saya tidak perlu belajar dengan rajin	UF	155	1,5	Sering
	12	Saya mengkritik diri saya ketika sering menyia-nyiakan waktu untuk belajar soal-soal ujian	F	203	2,27	Sering
	13	Saya menganggap waktu untuk hiburan lebih penting dari pada waktu untuk belajar merupakan hal wajar ketika akan menghadapi ujian	UF	175	1,82	Sering
	14	Saya bersyukur dengan pengetahuan yang saya miliki sekarang	UF	289	3,66	Tidak Pernah
	15	Saya ragu dengan kecerdasan saya untuk mengerjakan soal-soal ujian	F	218	2,51	Sering
	16	Dengan kemampuan yang ada saya yakin dapat mengerjakan soal-soal ujian	UF	278	3,48	Tidak Pernah
	17	Saya ragu terhadap kemampuan diri dalam mengatasi kesulitan menjawab soal-soal saat ujian	F	224	2,61	Sering
	18	Saya yakin dengan kemampuan yang ada saya mampu mengerjakan soal-soal yang dianggap sulit	UF	247	2,98	Jarang
	19	Saya tidak mampu bersaing dengan teman-teman lain saat ujian	F	246	2,96	Sering
	20	Saya menganggap dengan kemampuan yang ada saya dapat bersaing dengan teman-teman lain saat ujian	UF	244	2,93	Jarang
	21	Saya pesimis dapat lulus ujian	F	234	2,77	Sering
	22	Saya yakin dapat lulus ujian karena saya sudah belajar dengan maksimal	UF	275	3,43	Tidak Pernah
	23	Saya tidak yakin dapat memperoleh hasil memuaskan dalam ujian	F	235	2,79	Sering
	24	Saya yakin nilai maksimal ketika ujian akan saya peroleh	UF	256	3,12	Tidak Pernah
	25	Saya berfikir saya kurang pintar dibanding teman-teman lain saat mengikuti ujian	F	225	2,62	Sering
	26	Saya berfikir kemampuan saya sama dengan teman-teman lain saat mengikuti ujian	UF	224	2,61	Jarang
	Rata-rata per indikator			230.6	2,71	Sering
	Rata-rata per aspek			240.2	2,87	Sering

Fisiologis	27	Sakit perut sebelum atau sesudah mengikuti ujian	F	267	3,30	Selalu
	28	Perut tetap sehat meskipun dalam kondisi apapun saat ujian	UF	273	3,40	Tidak Pernah
	29	Perut terasa mual ketika mengerjakan soal-soal ujian yang sulit	F	266	3,29	Selalu
	30	Meskipun soal-soal ujian sulit dikerjakan namun tidak mempengaruhi kesehatan perut saya	UF	231	2,72	Jarang
	31	Badan berkeringat ketika teman-teman sudah selesai mengerjakan soal ujian	F	226	2,64	Sering
	32	Meskipun paling terakhir menyelesaikan soal-soal ujian namun anggota badan tetap tenang	UF	259	3,17	Tidak Pernah
	33	Telapak tangan keluar keringat dingin ketika mengerjakan soal ujian	F	225	2,62	Sering
	34	Buang air kecil sebelum atau sesudah mengerjakan soal ujian	F	276	3,45	Selalu
	35	Meskipun ketika mengikuti ujian kebiasaan buang air kecil tetap normal	UF	204	2,29	Jarang
	36	Tangan atau tubuh gemetar ketika waktu ujian hampir habis	F	225	2,62	Sering
	37	Jantung berdebar-debar ketika kesulitan menjawab soal ujian	F	220	2,54	Sering
	Rata-rata per indikator			242.9	2,91	Sering
Emosi	38	Saya cemas ketika akan menghadapi ujian	F	224	2,61	Sering
	39	Saya gugup ketika teman-teman sudah selesai mengerjakan soal ujian	F	203	2,27	Sering
	40	Saya khawatir tidak lulus ujian	F	231	2,72	Sering
	41	Lulus ujian adalah hal yang saya targetkan	UF	285	3,59	Tidak Pernah
	42	Saya kesal ketika tidak mendapatkan contekan dari teman	F	186	2	Jarang
	43	Banyak teman-teman berbuat curang saat ujian namun saya tetap sabar	UF	265	3,27	Tidak Pernah
	44	Saya takut ketika pengawasan ujian sangat ketat	F	213	2,43	Sering
	45	Pengawasan ujian sangat ketat namun tidak mempengaruhi kepercayaan diri saya	UF	273	3,40	Tidak Pernah
	46	Saya bingung ketika akan menghadapi ujian esok hari	F	227	2,66	Sering
	47	Saya marah ketika ada ujian mendadak	F	230	2,70	Sering
	Rata-rata per indikator			233.7	2,76	Sering
	Rata-rata per aspek			238.3	2,84	Sering
Perilaku akademik	48	Saya menunda mengerjakan tugas di sekolah	F	247	2,98	Sering
	49	Setiap ada tugas di sekolah saya langsung mengerjakan	UF	251	3,04	Tidak Pernah
	50	Saya menunda mengerjakan PR	F	248	3	Sering
	51	Setiap ada PR saya langsung mengerjakan	UF	243	2,91	Jarang
	52	Saya menunda belajar soal-soal yang akan diujikan	F	250	3,03	Selalu
	53	Saya belajar untuk mempersiapkan ujian sesuai jadwal	UF	274	3,41	Tidak Pernah
	Rata-rata per indikator			252.2	3,06	Selalu
Perilaku sosial	54	Saya menghindari berdiskusi dengan teman untuk membahas soal-soal ujian yang akan dihadapi	F	252	3,06	Selalu
	55	Mengikuti kegiatan diskusi soal-soal ujian dengan teman membuat saya lebih paham	UF	270	3,35	Tidak Pernah
	56	Saya melarikan diri ketika disuruh orang tua untuk belajar mempersiapkan ujian	F	268	3,32	Selalu
	57	Saya langsung bersemangat jika orang tua memerintahkan saya untuk belajar mempersiapkan ujian	UF	274	3,41	Tidak Pernah
	58	Saya melarikan diri ketika ada kegiatan belajar tambahan di sekolah untuk membahas soal-soal ujian yang akan dihadapi	F	263	3,24	Selalu
	Rata-rata per indikator			265.4	3,28	Selalu
	Rata-rata per aspek			258.8	3,17	Selalu
Rata-rata Keseluruhan				245.7	2,96	Sering

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa skor rata-rata keseluruhan jawaban siswa pada item-item pernyataan dari skala kecemasan dalam menghadapi ujian adalah 2,96, artinya rata-rata siswa menjawab pilihan sering. Hal ini menunjukkan bahwa siswa rata-rata memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian tergolong tinggi.

Tabel 14. Mean Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Berdasarkan Indikator

No	Aspek	Indikator	Mean	Peringkat	Keterangan
1	Kognitif	<i>Worry</i>	3,02	3	Selalu
		<i>Self-preoccupation</i>	2,71	6	Sering
2	Afektif	Fisiologis	2,91	4	Sering
		Emosi	2,76	5	Sering
3	Psikomotorik	Perilaku akademik	3,06	2	Selalu
		Perilaku sosial	3,28	1	Selalu

Selanjutnya dari tabel di atas dapat dianalisis, adapun analisisnya sebagai berikut:

Kecemasan dalam menghadapi ujian ditinjau dari indikator bahwa paling tinggi adalah perilaku sosial memperoleh rata-rata 3,28 dengan keterangan selalu. Kemudian berdasarkan indikator paling rendah adalah *self - preoccupation* memperoleh rata-rata 2,71 dengan keterangan selalu.

Berdasarkan urutan indikator, perilaku sosial merupakan indikator yang memperoleh rata-rata tertinggi yaitu 3,28 dengan keterangan selalu. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 57 “saya langsung bersemangat jika orang tua memerintahkan saya untuk belajar mempersiapkan ujian” memperoleh rata-rata tertinggi yaitu 3,41 dengan keterangan tidak pernah. Sedangkan item nomer 54 “saya

menghindari berdiskusi dengan teman untuk membahas soal-soal ujian yang akan dihadapi” merupakan item dengan rata-rata terendah yaitu 3,06 dengan keterangan selalu.

Berbeda dengan perilaku sosial, perilaku akademik berada di urutan kedua dengan selisih 22 angka dengan indikator pertama dengan memperoleh rata-rata yaitu 3,06 dengan keterangan selalu. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 53 “saya belajar untuk mempersiapkan ujian sesuai jadwal” memperoleh rata-rata tertinggi yaitu 3,41 dengan keterangan tidak pernah. Sedangkan item nomer 51 “setiap ada PR saya langsung mengerjakan” merupakan item dengan rata-rata terendah yaitu 2,91 dengan keterangan jarang.

Posisi ketiga diisi oleh indikator *worry* dengan memperoleh rata-rata yaitu 3,02 dengan keterangan selalu. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 9 “saya beranggapan bahwa dalam kondisi apapun saya harus mengikuti ujian” memperoleh rata-rata tertinggi yaitu 3,69 dengan keterangan tidak pernah. Sedangkan item nomer 1 “saya berfikir ujian nanti akan terasa sulit dilalui” merupakan item dengan rata-rata terendah yaitu 2,22 dengan keterangan sering.

Sesuai dengan perolehan rata-rata indikator, fisiologis berada pada posisi keempat dengan memperoleh rata-rata yaitu 2,91 dengan keterangan sering. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 34 “buang air kecil sebelum atau sesudah mengerjakan soal ujian” memperoleh rata-rata tertinggi yaitu 3,45 dengan keterangan selalu.

Sedangkan item nomer 35 “meskipun ketika mengikuti ujian kebiasaan buang air kecil tetap normal” merupakan item dengan rata-rata terendah yaitu 2,29 dengan keterangan jarang.

Dalam aspek afektif, siswa yang diteliti sering mengalami kecemasan dalam bentuk emosi. Sesuai dengan perolehan indikator emosi yang berada pada posisi kelima dengan memperoleh rata-rata yaitu 2,76 dengan keterangan sering. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 41 “lulus ujian adalah hal yang saya targetkan” memperoleh rata-rata tertinggi yaitu 3,59 dengan keterangan tidak pernah. Sedangkan item nomer 42 “saya kesal ketika tidak mendapatkan contekan dari teman” merupakan item dengan rata-rata terendah yaitu 2,00 dengan keterangan jarang.

Dari beberapa indikator yang sudah dijelaskan di atas, *self-preoccupation* memperoleh rata-rata paling rendah yaitu 2,71 dengan keterangan sering. Kemudian dapat diketahui bahwa item nomer 14 “saya bersyukur dengan pengetahuan yang saya miliki sekarang” merupakan item dengan rata-rata tertinggi yaitu 3,66 dengan keterangan tidak pernah. Sedangkan item nomer 11 “saya menganggap ujian hal yang biasa, sehingga saya tidak perlu belajar dengan rajin” dengan rata-rata yaitu 1,50 kemudian item nomer 13 “saya menganggap waktu untuk hiburan lebih penting dari pada waktu untuk belajar merupakan hal wajar ketika akan menghadapi ujian”

dengan rata-rata yaitu 1,82 memperoleh rata-rata terendah dengan keterangan sering.

C. Uji Prasyarat Analisis

Uji prasyarat digunakan sebagai penentu terhadap analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis. Uji prasyarat dalam penelitian ini ada dua macam yaitu uji normalitas dan uji linearitas, ini diujikan sebelum melakukan uji hipotesis dan untuk menentukan analisis yang akan di lakukan selanjutnya atau penentu teknik analisis apakah parametris atau non parametris.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui penyebaran data setiap variabel berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan rumus chi kuadrat (X^2) dengan taraf signifikan (α) yang digunakan sebesar 0,05. Data yang diuji adalah data total skor yang diperoleh pada masing - masing variabel. Kriteria pengujian normalitas adalah jika harga nilai signifikan (p) lebih besar dari taraf signifikansi (α), maka sebaran data pada variabel tersebut berdistribusi normal. Adapun hasil penghitungan uji normalitas pada masing-masing variabel dengan menggunakan bantuan komputer program aplikasi SPSS versi 16,0 *for windows* adalah sebagai berikut:

a. Uji Normalitas Variabel Efikasi Diri

Hasil perhitungan menggunakan SPSS menunjukkan bahwa harga chi kuadrat hitung (X^2 hitung) sebesar 35,290 dan nilai signifikan (p) sebesar 0,162 sedangkan taraf signifikan (α) sebesar 0,05. Skor tersebut telah menunjukkan bahwa nilai signifikan (p) lebih besar dari taraf signifikansi (α). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebaran data pada variabel efikasi diri berdistribusi normal.

b. Uji Normalitas Variabel Kecemasan dalam Menghadapi Ujian

Hasil perhitungan menggunakan SPSS menunjukkan bahwa harga chi kuadrat hitung (X^2 hitung) sebesar 29,452 dan nilai signifikan (p) sebesar 0,690 sedangkan taraf signifikan (α) sebesar 0,05. Skor tersebut telah menunjukkan bahwa nilai signifikan (p) lebih besar dari taraf signifikansi (α). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebaran data pada variabel kecemasan dalam menghadapi ujian berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat linear atau tidak. Untuk menguji linieritas hubungan tersebut menggunakan rumus uji statistik F dengan bantuan komputer program aplikasi SPSS versi 16,0 *for windows*. Kriteria pengujian linearitas adalah jika harga nilai signifikan (p) lebih besar dari taraf signifikansi (α), maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah linier. Dari hasil perhitungan dapat

diketahui bahwa harga F hitung sebesar 1,563 dan nilai signifikan (p) sebesar 0,111. Oleh karena nilai signifikan (p) lebih besar dari taraf signifikan (α) sebesar 0,05, maka dengan demikian dapat disimpulkan bahwa antara variabel bebas dengan variabel terikat terdapat hubungan linear.

D. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini hanya ada satu yaitu “ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes”. Uji hipotesis akan dilakukan menggunakan Analisis Korelasi *Product Moment*.

Hasil perhitungan dari analisis korelasi *Product Moment* menggunakan bantuan komputer dengan program aplikasi *Statistical Product and Service Solution* (SPSS versi 16.0 *for Windows*) menghasilkan koefisien korelasi sebesar -0,575.

Skor koefisien korelasi negatif memperlihatkan bahwa, apabila semakin tinggi skor efikasi diri maka semakin rendah skor kecemasan dalam menghadapi ujian, semakin rendah skor efikasi diri maka semakin tinggi skor kecemasan dalam menghadapi ujian. Hasil korelasi yang bersifat negatif tersebut menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) yaitu “ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes “ diterima.

E. Pembahasan

Berdasarkan data yang diperoleh dari tabel kategorisasi variabel efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian secara keseluruhan, tabel kategorisasi variabel efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian berdasarkan jenis kelamin dan tabel kategorisasi variabel efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian berdasarkan kelas maka hasil data tersebut akan dibahas satu persatu secara jelas.

Berdasarkan deskripsi data yang ditinjau dari tabel kategorisasi variabel efikasi diri secara keseluruhan, dapat diketahui bahwa siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes memiliki tingkat efikasi diri dengan kategori sedang sebesar 51,6%, sedangkan perolehan persentase dari kategori rendah sebesar 46,8%, dan 1,6% untuk tingkat efikasi diri dengan kategori tinggi. Sehingga dari penjelasan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat efikasi diri yang diperoleh dari subjek penelitian berdasarkan persentase jumlah terbanyak yaitu sedang.

Namun disisi lain variabel kecemasan dalam menghadapi ujian memperoleh hasil yang berbeda dengan variabel efikasi diri. Hal itu dapat diketahui berdasarkan deskripsi data yang ditinjau dari tabel kategorisasi variabel kecemasan dalam menghadapi ujian secara keseluruhan, bahwa siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian dengan kategori tinggi sebesar 69,4%, sedangkan perolehan persentase dari tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian dengan kategori sedang sebesar 30,6% dan untuk tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian

dengan kategori rendah sebesar 0%. Sehingga dari penjelasan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian yang diperoleh dari subjek penelitian berdasarkan persentase jumlah terbanyak yaitu tinggi.

Hasil temuan yang diperoleh dalam penelitian ini sesuai dengan pendapat Nevid dkk (2005: 183), bahwa kecemasan dalam menghadapi ujian dengan efikasi diri merupakan dua variabel yang saling berkaitan. Karena ketika seseorang yang memiliki efikasi diri rendah dalam menyelesaikan persoalan akademik maka seseorang tersebut dapat mengalami kecemasan.

Berdasarkan analisis data terhadap tabel kategorisasi variabel efikasi diri secara jenis kelamin, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki kelas IX MTs Al Hikmah berada pada efikasi diri dengan kategori rendah sebanyak 11 siswa (17,7%) namun sebagian besar siswa perempuan berada pada efikasi diri dengan kategori sedang sebanyak 23 siswa (37,1%). Sehingga dari penjelasan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa siswa laki-laki memiliki tingkat efikasi diri rendah dibandingkan siswa perempuan yang memiliki tingkat efikasi diri sedang.

Berbeda dengan variabel efikasi diri, variabel kecemasan dalam menghadapi ujian yang ditinjau dari tabel kategorisasi variabel kecemasan dalam menghadapi ujian secara jenis kelamin, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa laki-laki kelas IX MTs Al Hikmah berada pada kecemasan dalam menghadapi ujian dengan kategori tinggi sebanyak 15 siswa (24,2%) dan sebagian besar siswa perempuan berada pada kecemasan dalam menghadapi

ujian dengan kategori tinggi sebanyak 28 siswa (45,2%). Sehingga dari penjelasan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa siswa laki-laki maupun perempuan sama-sama memiliki tingkat kecemasan yang tinggi.

Berdasarkan analisis data terhadap tabel kategorisasi variabel efikasi diri berdasarkan kelas, dapat diketahui bahwa sebagian besar kelas tergolong pada efikasi diri kategori sedang. Adapun kelas dengan memperoleh jumlah siswa terbanyak dalam kategori sedang adalah kelas IX C. Kemudian sesuai dengan analisis data terhadap tabel kategorisasi variabel kecemasan berdasarkan kelas, dapat diketahui bahwa sebagian besar kelas tergolong pada kecemasan kategori tinggi. Adapun kelas dengan memperoleh jumlah siswa terbanyak dalam kategori tinggi adalah kelas IX D.

Temuan di atas didukung oleh hasil wawancara dengan pihak guru, bahwa adapun perbedaan tingkat efikasi diri maupun kecemasan dalam menghadapi ujian dari tiap-tiap kelas didominasi oleh kelas IX C dan IX D, karena kelas tersebut didominasi oleh siswa yang memiliki kemampuan akademik yang rendah, sehingga siswa dalam kelas tersebut kurang yakin dengan kemampuan akademik yang dimilikinya dan mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian ketika akan menghadapi ujian.

Dilihat dari analisis mean efikasi diri berdasarkan indikator, bahwa yang memperoleh rata-rata terendah yaitu indikator kompetensi akademik. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes memiliki keyakinan diri yang kurang kuat atas kemampuan akademik yang dimilikinya untuk menghadapi ujian.

Temuan yang diperoleh dalam hal efikasi diri diatas selaras dengan pendapat Baron dan Byrne (2004: 186), bahwa *self-efficacy* berhubungan dengan keyakinan siswa akan kemampuan akademiknya dalam melakukan tugas-tugas, mengatur kegiatan belajar mereka sendiri, dan hidup dengan harapan akademis mereka sendiri dan orang lain. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa dengan kompetensi akademik yang rendah dapat menyebabkan efikasi diri seseorang menurun ketika akan menghadapi ujian.

Sesuai dengan analisis mean kecemasan dalam menghadapi ujian berdasarkan indikator, bahwa yang memperoleh rata-rata tertinggi yaitu indikator perilaku sosial. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa rata-rata siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes selalu mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian yang berhubungan dengan kegiatan sosial ketika akan menghadapi ujian.

Kemudian temuan yang diperoleh dalam hal kecemasan dalam menghadapi ujian diatas selaras dengan pendapat I Gede Tresna (2011: 4), bahwa banyak hal yang dapat menimbulkan kecemasan, misalnya, kesehatan, relasi sosial, ujian, karier, relasi internasional, dan kondisi lingkungan adalah beberapa hal yang menjadi sumber kekhawatiran. Pendapat tersebut membuktikan bahwa indikator perilaku sosial dapat mempengaruhi siswa ketika akan menghadapi ujian.

Selanjutnya diperoleh skor koefisien korelasi (r_{xy}) untuk hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian sebesar -0,575 yang berarti hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam

menghadapi ujian berbentuk negatif. Skor tersebut juga menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima karena skor bukan sama dengan 0. Kemudian hasil uji signifikansi menunjukkan bahwa nilai $\text{sig. (2-tailed)} = 0,000 < 0,05$, maka hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian signifikan.

Kemudian berdasarkan hasil koefisien determinasi yang didapatkan sebesar 33,0%. Artinya variabel efikasi diri memberikan sumbangan terhadap variabel kecemasan dalam menghadapi ujian sebesar 33,0%. Jadi ada variabel lain memberikan sumbangan terhadap variabel kecemasan dalam menghadapi ujian sebesar 67,0%. Hasil perhitungan di atas menunjukkan bahwa variabel efikasi diri bukanlah faktor utama yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi ujian siswa dalam menghadapi ujian, namun ada faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi ujian siswa yang tidak terungkap dalam penelitian ini.

Berdasarkan skor koefisien korelasi dan determinasi bahwa efikasi diri terkait erat dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa. Temuan tersebut sesuai dengan pendapat Bandura (1977: 80), mengatakan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan bahwa seseorang mampu melaksanakan tugas, mencapai tujuan dan mengatasi rintangan. Menurut Bandura individu yang memiliki efikasi diri tinggi akan menghadapi hidup lebih berhasil, yaitu lebih mantap, kurang cemas serta depresi dan lebih berhasil secara akademik.

F. Keterbatasan Penelitian

Ada beberapa keterbatasan penelitian selama proses penyusunan tugas akhir ini, berikut penjelasannya:

1. Peneliti tidak mengamati langsung siswa yang menjadi sampel penelitian saat mengikuti ujian nasional sehingga kurang mengetahui kecemasan yang dialami oleh siswa saat itu.
2. Penelitian ini hanya mengungkap efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian dengan menggunakan skala, sehingga data hasil penelitian hanya dapat dideskripsikan secara kuantitatif.
3. Jumlah siswa laki-laki dan perempuan yang menjadi sampel penelitian tidak seimbang, meskipun peneliti telah mengusahakannya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil analisis dan pembahasan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes memiliki tingkat efikasi diri sedang yaitu sejumlah 32 siswa (51,6%) dan memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian tinggi yaitu sejumlah 43 siswa (69,4%).
2. Siswa laki-laki memiliki tingkat efikasi diri rendah dibandingkan siswa perempuan yang memiliki tingkat efikasi diri sedang dan siswa laki-laki maupun perempuan sama-sama memiliki tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian kategori tinggi.
3. Sebagian besar kelas tergolong pada efikasi diri kategori sedang, adapun kelas yang memperoleh jumlah siswa terbanyak dalam kategori sedang adalah kelas IX C dan sebagian besar kelas tergolong pada kecemasan dalam menghadapi ujian kategori tinggi, adapun kelas dengan memperoleh jumlah siswa terbanyak dalam kategori tinggi adalah kelas IX D.
4. Indikator yang memperoleh rata-rata terendah pada variabel efikasi diri rendah yaitu indikator kompetensi akademik dan indikator yang memperoleh rata-rata tertinggi pada variabel kecemasan dalam menghadapi ujian yaitu indikator perilaku sosial.
5. Terdapat hubungan negatif signifikan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX MTs Al Hikmah Brebes.

Variabel efikasi diri (X) saling berhubungan terhadap variabel kecemasan dalam menghadapi ujian (Y). Hasil tersebut dapat dibuktikan secara statistik dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,575. Nilai negatif pada koefisien korelasi tersebut, menunjukkan adanya arah hubungan yang bersifat negatif antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian.

6. Variabel efikasi diri memberikan sumbangan terhadap variabel kecemasan dalam menghadapi ujian sebesar 33,0%. Jadi ada variabel lain yang memberikan sumbangan terhadap kecemasan dalam menghadapi ujian sebesar 67,0%.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian yang telah dijabarkan, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK diharapkan dapat melaksanakan program layanan bimbingan kelas ataupun kelompok sebagai upaya awal mengurangi kecemasan dalam menghadapi ujian siswa dan melaksanakan program konseling kelompok ataupun individu sebagai upaya responsif bagi siswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian dengan kategori tinggi.

2. Bagi Guru Mata Pelajaran

Guru mata pelajaran, khususnya guru bahasa Indonesia dan Penjas diharapkan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dengan metode

belajar yang dinamis supaya mendorong siswa mendapat prestasi belajar yang lebih baik.

3. Bagi Siswa

Siswa MTs Al Hikmah diharapkan dapat meningkatkan kebiasaan belajar bukan hanya kegiatan belajar mandiri akan tetapi siswa diharapkan dapat membuat kegiatan belajar bersama seperti mengadakan kegiatan belajar kelompok. Kemudian siswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian pada kategori tinggi dapat berkonsultasi kepada guru BK atau psikolog.

4. Bagi Orang Tua

Orang tua siswa diharapkan dapat memberikan perhatian lebih dengan memberikan saran, motivasi, semangat kepada anaknya ketika akan menghadapi ujian.

5. Bagi Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengungkap faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan siswa ketika akan menghadapi ujian, seperti relasi sosial, kondisi lingkungan, kesehatan dan lain sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*, Edisi Revisi. Malang: PT. UMM Press.
- Atkinson, R.L, Atkinson, R.C, dan Hilgard, E.R. (1993). *Pengantar Psikologi* Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Audith M. Turmudhi. (2004). Kecemasan Menghadapi Ujian Sekolah. *Kedaulatan Rakyat* (26 Maret 2004). Hlm.23.
- Bandura, Albert. (1997). *Self-Efficacy The Exercise of Control*. United States of America: W.H Freeman and Company.
- Baron, Robert A & Byrne, Donn. (2004). *Psikologi Sosial (Jilid 1 Edisi Kesepuluh)*. (Alih bahasa: Dra. Ratna Djuwita). Jakarta: Erlangga.
- Calhoun, J. f. and Acocella, J. R. (1990). *Psychology of Adjusment and Human Relationship. 3 nd. Edition*. New York: Mc Graw Hill.
- Dacey, J.S. (2000). *Your Anxious Child: How Parents and Teacher can Relieve Anxiety in Children*. San Fransisco: Jossey-Bass Publisher.
- Durand, V. Mark & Barlow, David H. (2006). *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Djiwandono. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia.
- Feist, Jess & Feist, Gregory J. (2010). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika. (Buku 1,2)
- Fitri Fausiah & Julianti Widury. (2005). *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Jakarta: Universitas Indonesia (UI-Press).
- Greenberg, J.S. (2002). *Comprehensive Stress Management*. New York: McGraw Hill.
- Halgin, Richard P & Whitbourne, Susan Krauss. (2010). *Psikologi Abnormal: Perspektif Klinis Pada Gangguan Psikologis*. Jakarta: Salemba Humanika. (Edisi 6, Buku 1).
- Harto Widiyas Rachmat. (2009). Kecemasan Pada Mahasiswa Saat Menghadapi Ujian Skripsi Ditinjau Dari Kepercayaan Diri. *Skripsi Fakultas Psikologi*. Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

- I Gede Tresna. (2011). Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian. *Jurnal UPI* (Nomor 1 tahun 2011). Hlm. 4-5.
- Kartini Kartono. (1981). *Gangguan – Gangguan Psikis*. Bandung: Sinar Baru.
- Kreitner, Robert & Kinicki, Angelo. (2003). *Organizational Behavior (Terjemahan) Buku 1, edisi Kelima*. Jakarta: Salemba Empat.
- Luthans, F. (2005). *Organizational Behavior*. New York: McGraw-Hill Companies.
- Mungin Eddy Wibowo. (2012). Kondisi Psikologis Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional (Cara Mengatasinya). *Abkin.org*. Hlm. 4-5.
- Nevid, Jeffreys., Rathus, Spencer A., & Greene, Beverly. (2005). *Psikologi Abnormal/ Edisi Kelima/ Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Prakoso. (1996). Cara Penyampaian Hasil Belajar Untuk Meningkatkan Self Efikasi Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. No.2, Hlm. 11-22.
- Patton, Patricia. (1998). *EQ Kecerdasan Emosional. Jalan Menuju Kebahagiaan dan Kesejahteraan*. Jakarta: Mitra Media.
- Saifuddin Azwar. (2004). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta.: Pustaka Pelajar.
- _____. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta.: Pustaka Pelajar.
- _____. (2012). *Metode Penelitian* . Yogyakarta.: Pustaka Pelajar.
- Salwa Farihah. (2012). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa SMA Muhammadiyah 6 Yogyakarta. *Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- _____. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- _____. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

- _____. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2011). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2004). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sutrisno Hadi. (1995). *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi.
- _____. (2004). *Metode Research Jilid 3*. Yogyakarta: Andi.
- Zainal Arifin. (2011). *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Zeidner, M. (1998). *Anxiety: The State of The Art*. NewYork: Kluwer Academic Publishers.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

(Instrumen Penelitian Sebelum Uji Validitas dan Reliabilitas)

SKALA SISWA

Kepada,
Para Siswa Siswi Kelas IX
MTs Ummul Quro Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rutinitas kesibukan belajar anda, kami meminta bantuan kesediaan anda untuk mengisi skala yang akan kami sampaikan berikut ini. Skala ini disusun untuk memperoleh data tentang tingkat efikasi diri dengan kecemasan siswa kelas IX MTs Ummul Quro dalam menghadapi ujian yang kemudian akan bermanfaat bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling.

Peneliti mengharapkan agar para siswa memberikan informasi yang sebenarnya. Identitas dan jawaban atas pertanyaan yang kami peroleh tetap dijamin kerahasiaannya. Dengan demikian jawaban yang objektif dan jujur dari para siswa akan sangat kami harapkan guna memperoleh data tentang tingkat efikasi diri dengan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian.

Atas kesediaan para siswa dalam membantu memberikan informasi, kami mengucapkan terima kasih

Yogyakarta, Maret 2014

Hara Permana
09104241029

SKALA I

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

No. Absen :

Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama kemudian Saudara di minta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia. Adapun alternatif jawaban yang tersedia sebagai berikut :

Keterangan jawaban

SSTY = Sama sekali tidak yakin mampu melakukan

TY = Tidak yakin mampu melakukan

KY = Kadang yakin mampu melakukan

Y = Yakin mampu melakukan

SY = Sangat yakin mampu melakukan

Berikan pilihan Saudara dengan memberi tanda check (√) pada saah satu alternatif jawaban yang sesuai dengan anda.

Contoh cara mengisi jawaban:

No	Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
1	Menyelesaikan PR sesuai jadwal					√

Apabila Saudara ingin merubah jawaban, berilah dua garis horizontal pada jawaban pertama (≠), kemudian beri tanda check (√) pada pilihlah jawaban yang seharusnya saudara pilih.

Contoh cara merubah jawaban:

No	Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
1	Menyelesaikan PR sesuai jadwal			≠	√	

No	A. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
1	Meminta bantuan guru ketika saya kesulitan mengerjakan tugas sekolah					
2	Meminta bantuan teman ketika saya kesulitan mengerjakan tugas sekolah					
3	Meminta bantuan orang tua ketika saya mengalami masalah akademik					
4	Meminta bantuan teman ketika saya mengalami masalah akademik					

	B. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
5	Mempelajari pelajaran Matematika					
6	Mempelajari pelajaran Bahasa Indonesia					
7	Mempelajari pelajaran Bahasa Inggris					
8	Mempelajari pelajaran Program (IPA/ IPS/ Bahasa)					
9	Mempelajari pelajaran Agama					
10	Mempelajari pelajaran PKN					
11	Mempelajari pelajaran Sejarah					
12	Mempelajari pelajaran Seni Budaya					
13	Mempelajari pelajaran Jasmani, Olahraga dan Kesehatan					
14	Mempelajari pelajaran TIK					
15	Mengikuti ujian Matematika					
16	Mengikuti ujian Bahasa Indonesia					
17	Mengikuti ujian Bahasa Inggris					
18	Mengikuti ujian Program IPA (Biologi dan Fisika)					

	C. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
19	Menyelesaikan PR sesuai jadwal					
20	Belajar dengan orang-orang yang lebih mengerti					
21	Berkonsentrasi saat pelajaran berlangsung					
22	Mencatat dengan baik selama pelajaran berlangsung					
23	Memanfaatkan perpustakaan untuk mencari bahan dalam mengerjakan tugas					
24	Merencanakan kegiatan di sekolah dalam satu hari					
25	Melakukan kegiatan di sekolah yang sudah direncanakan					
26	Mempelajari kembali pelajaran yang sudah disampaikan di kelas					
27	Menata tempat untuk belajar dengan baik					
28	Mengerjakan tugas-tugas sekolah					

	D. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
29	Mengikuti kegiatan organisasi					
30	Mengikuti kegiatan pengembangan bakat misal (pramuka, pmr, karya ilmiah remaja dll)					
31	Mengikuti kegiatan olah raga secara teratur					
	E. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
32	Menolak ajakan teman untuk melakukan sesuatu di sekolah yang bisa mendatangkan masalah					
33	Menahan diri dari bolos sekolah ketika saya merasa bosan dan kesal					
34	Mengontrol tingkah laku agar tidak menyimpang norma					

	F. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
35	Memperoleh nilai yang diharapkan orang tua					
36	Memperoleh nilai yang diharapkan guru					
37	Memperoleh nilai yang diharapkan teman					
38	Memperoleh nilai yang diharapkan saya sendiri					

SKALA II

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

No. Absen :

Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama kemudian Saudara di minta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia. Adapun alternatif jawaban yang tersedia sebagai berikut :

Keterangan jawaban

TP = Tidak Pernah

J = Jarang

SR = Sering

SL = Selalu

Berikan pilihan Saudara dengan memberi tanda check (√) pada saah satu alternatif jawaban yang sesuai dengan anda.

Contoh cara mengisi jawaban:

No	Pernyataan	TP	J	SR	SL
1	Saya merasa cemas ketika mendapat giliran untuk mengikuti ujian				√

Apabila Saudara ingin merubah jawaban, berilah dua garis horizontal pada jawaban pertama (≠), kemudian beri tanda check (√) pada pilihlah jawaban yang seharusnya saudara pilih.

Contoh cara merubah jawaban:

No	Pernyataan	TP	J	SR	SL
1	Saya merasa cemas ketika mendapat giliran untuk mengikuti ujian		≠	√	

No	Item Pernyataan	TP	J	SR	SL
1	Saya berfikir bahwa ujian nanti akan terasa sulit untuk dilalui				
2	Saya beranggapan bahwa ujian merupakan hal yang menyenangkan				
3	Saya berfikir bahwa akan gagal dalam mengikuti ujian				
4	Saya beranggapan bahwa kegagalan dalam ujian merupakan hal yang tidak mungkin terjadi pada saya				
5	Saya berfikir akan mendapatkan hasil buruk saat ujian				
6	Saya beranggapan bahwa mendapatkan hasil ujian yang memuaskan merupakan hal yang pasti bagi saya				
7	Saya berfikir tidak siap menerima hasil ujian yang tidak sesuai harapan				
8	Saya beranggapan bahwa apapun hasil ujian yang diperoleh saya siap menerima				
9	Saya berfikir tidak mampu untuk mengikuti ujian				
10	Saya beranggapan bahwa dalam kondisi apapun saya harus mengikuti ujian				
11	Saya menyalahkan diri saya ketika malas belajar untuk mempersiapkan ujian				
12	Saya menganggap ujian hal yang biasa, sehingga saya tidak perlu belajar dengan rajin				
13	Saya mengkritik diri saya ketika menyia-nyiakan waktu yang seharusnya untuk belajar soal-soal ujian				
14	Saya menganggap waktu untuk hiburan lebih penting daripada waktu untuk belajar merupakan hal wajar ketika akan menghadapi ujian				
15	Saya menilai diri saya kurang menguasai pelajaran yang diujikan				
16	Saya menganggap bahwa menguasai pelajaran yang diujikan merupakan hal yang mudah				
17	Saya kurang puas dengan kemampuan akademik saya				
18	Saya bersyukur dengan pengetahuan yang saya miliki sekarang				
19	Saya ragu dengan kecerdasan saya untuk mengerjakan soal-soal ujian				
20	Dengan kemampuan yang ada saya yakin dapat mengerjakan soal-soal ujian				
21	Saya ragu terhadap kemampuan diri dalam mengatasi kesulitan menjawab soal-soal saat ujian				
22	Saya yakin dengan kemampuan yang ada saya mampu mengerjakan soal-soal yang dianggap sulit				
23	Saya tidak mampu bersaing dengan teman-teman lain saat ujian				
24	Saya menganggap dengan kemampuan yang ada saya dapat bersaing dengan teman-teman lain saat ujian				
25	Saya pesimis dapat lulus ujian				

26	Saya yakin dapat lulus ujian karena saya sudah belajar dengan maksimal				
27	Saya tidak yakin dapat memperoleh hasil memuaskan dalam ujian				
28	Saya yakin nilai maksimal ketika ujian akan saya peroleh				
29	Saya berfikir saya kurang pintar dibanding teman-teman lain saat mengikuti ujian				
30	Saya berfikir kemampuan saya sama dengan teman-teman lain saat mengikuti ujian				
31	Sakit perut sebelum atau sesudah mengikuti ujian				
32	Perut tetap sehat meskipun dalam kondisi apapun saat ujian				
33	Perut terasa mual ketika mengerjakan soal-soal ujian yang sulit				
34	Meskipun soal-soal ujian sulit dikerjakan namun tidak mempengaruhi kesehatan perut saya				
35	Anggota badan berkeringat ketika teman-teman sudah selesai mengerjakan soal ujian				
36	Meskipun paling terakhir menyelesaikan soal-soal ujian namun anggota badan tetap tenang				
37	Telapak tangan keluar keringat dingin ketika mengerjakan soal ujian				
38	Meskipun mengerjakan soal-soal ujian telapak tangan saya tetap normal				
39	Buang air kecil sebelum atau sesudah mengerjakan soal ujian				
40	Meskipun ketika mengikuti ujian kebiasaan buang air kecil tetap normal				
41	Tangan atau tubuh gemetar ketika waktu ujian hampir habis				
42	Meskipun waktu ujian hampir habis tangan atau tubuh tetap tenang				
43	Jantung berdebar-debar ketika kesulitan menjawab soal ujian				
44	Meskipun kesulitan menjawab soal ujian detak jantung tetap normal				
45	Saya tegang ketika kesulitan menjawab soal-soal ujian				
46	Meskipun soal-soal ujian sulit dikerjakan saya tetap tenang mengerjakannya				
47	Saya cemas ketika akan menghadapi ujian				
48	Saya menghadapi ujian dengan tenang				
49	Saya gugup ketika teman-teman sudah selesai mengerjakan soal ujian				
50	Meskipun dalam posisi tertinggal dalam mengerjakan soal-soal ujian saya tetap santai				
51	Saya khawatir tidak lulus ujian				
52	Lulus ujian adalah hal yang saya targetkan				
53	Saya kesal ketika teman-teman berbuat curang saat ujian				
54	Banyak teman-teman berbuat curang saat ujian namun saya tetap sabar				
55	Saya takut ketika pengawasan ujian sangat ketat				

56	Pengawasan ujian sangat ketat namun tidak mempengaruhi kepercayaan diri saya				
57	Saya bingung ketika akan menghadapi ujian esok hari				
58	Saya menikmati hari-hari dengan santai meskipun akan menghadapi ujian esok hari				
59	Saya marah ketika ada ujian mendadak				
60	Saya justru senang ketika ada ujian mendadak karena dapat melatih kemampuan dalam menjawab soal ujian				
61	Saya sedih ketika ada beberapa soal ujian yang tidak bisa dikerjakan				
62	Beberapa soal ujian tidak bisa dikerjakan itu hal biasa bagi saya				
63	Saya menunda mengerjakan tugas di sekolah				
64	Setiap ada tugas di sekolah saya langsung mengerjakan				
65	Saya menunda mengerjakan PR				
66	Setiap ada PR saya langsung mengerjakan				
67	Saya menunda belajar soal-soal yang akan diujikan				
68	Saya belajar untuk mempersiapkan ujian sesuai jadwal				
69	Saya menghindari kegiatan diskusi dengan teman untuk membahas soal-soal ujian yang akan dihadapi				
70	Mengikuti kegiatan diskusi soal-soal ujian dengan teman membuat saya lebih paham				
71	Saya melarikan diri ketika disuruh orang tua untuk belajar mempersiapkan ujian				
72	Saya langsung bersemangat jika orang tua memerintahkan saya untuk belajar mempersiapkan ujian				
73	Saya melarikan diri ketika ada kegiatan belajar tambahan di sekolah untuk membahas soal-soal ujian yang akan dihadapi				
74	Mengikuti kegiatan belajar tambahan di sekolah membuat saya lebih yakin dapat lulus ujian				

LAMPIRAN 2

(Data Tabulasi Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas)

DATA SKOR UJI COBA SKALA EFIKASI DIRI

SUBJEK	SKOR ITEM																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	2	4	2	1	2	5	1	3	3	3	2	5	3	5	3	4	1	4	3	5
2	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	3
3	5	5	5	5	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	5
4	5	4	5	4	5	5	3	5	5	4	4	5	4	4	4	4	3	4	5	5
5	1	3	3	3	2	5	3	4	3	4	4	4	5	3	3	5	3	4	3	4
6	3	5	5	3	4	5	4	3	5	4	3	5	5	5	3	5	5	5	2	3
7	1	3	3	3	3	4	2	4	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3
8	5	5	5	4	4	5	5	5	5	3	4	4	5	5	3	5	5	4	4	5
9	3	4	5	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4
10	3	3	1	1	3	3	4	3	4	2	4	5	3	5	3	3	3	3	4	4
11	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3
12	5	4	5	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4
13	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2
14	1	1	5	1	1	3	5	3	3	2	1	3	2	5	3	3	3	3	1	1
15	3	5	5	3	4	5	4	3	5	4	3	5	5	5	3	4	4	4	2	3
16	4	4	4	3	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	4	5	4
17	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	4	5	4
18	3	4	5	5	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	5	5
19	5	5	3	4	4	5	3	4	5	3	3	4	5	4	5	5	5	5	5	4
20	3	4	4	3	5	4	3	3	5	3	3	2	4	3	5	4	3	3	4	5
21	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3
22	3	5	2	1	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4
23	3	5	3	3	3	5	3	3	5	2	2	5	5	5	5	5	5	5	4	5
24	5	2	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5
25	5	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	5	5	4	3	5	3	4	5	5
26	5	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	4	4	5
27	3	3	3	2	1	3	1	3	3	3	3	3	2	2	4	5	3	4	4	4
28	3	4	3	3	3	5	4	3	5	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	3
29	3	4	4	3	3	4	2	2	2	3	3	4	4	4	2	3	3	2	2	3
30	3	4	4	4	2	4	3	2	3	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	4
31	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	3	4	3	3	4	4
32	4	3	2	3	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5
33	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3
34	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
35	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	5
36	5	3	3	3	5	5	5	5	4	2	1	4	5	5	5	5	5	5	3	5
37	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	5	3	5	3	3	5	3	4	2	3
38	3	4	4	1	3	4	3	3	1	3	3	4	4	5	3	1	3	3	5	1
39	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	4	3	4	4	3	3	3
40	4	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	1	2	3	4	4	3	3	5	4
41	5	5	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	1	3	3	4	3	3	3	4
42	3	3	2	3	3	5	5	3	3	3	3	3	5	5	5	5	5	5	3	5

DATA SKOR UJI COBA SKALA EFIKASI DIRI

SKOR ITEM																		
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	JML
4	5	1	2	5	4	5	5	5	5	3	1	5	4	4	3	1	5	128
3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	5	4	3	3	4	4	147
5	5	5	5	5	4	4	5	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	164
5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	169
3	5	2	3	4	3	5	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	139
4	4	3	2	4	3	4	3	4	5	5	3	3	4	4	4	3	5	149
4	4	3	2	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	127
4	5	5	5	5	4	5	5	2	4	5	5	5	5	5	5	3	4	171
4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	3	3	3	3	134
3	4	3	3	4	3	1	4	3	3	3	5	4	5	4	4	4	4	128
3	4	4	3	4	3	3	4	4	2	3	5	3	4	4	4	4	1	135
4	4	5	4	4	3	4	4	5	5	3	1	1	1	5	5	5	5	152
3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	98
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	5	3	3	1	5	86
4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	128
4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	173
5	5	5	3	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	8	175
4	4	3	3	3	5	5	5	5	5	5	1	1	3	5	5	5	5	152
4	5	3	3	4	3	5	5	3	4	5	5	5	4	3	3	3	4	157
3	4	3	2	2	2	3	3	4	2	4	4	4	4	5	5	5	5	137
3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	3	4	114
5	5	3	1	4	3	4	4	4	4	5	5	5	4	3	3	3	4	141
3	4	3	2	2	1	4	4	4	5	5	1	1	4	2	2	2	5	135
5	5	4	3	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	176
4	3	3	4	4	2	4	4	4	5	5	1	5	5	5	5	4	5	154
3	3	3	3	3	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	158
4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	5	4	5	4	4	3	5	122
3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	5	3	4	4	4	3	3	3	140
3	3	1	1	1	1	2	3	1	1	5	1	1	1	2	2	2	2	93
4	3	2	2	3	3	4	4	1	1	5	1	1	1	4	3	4	4	112
4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	140
5	4	3	3	4	4	3	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	158
3	4	1	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	130
4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	164
4	4	3	2	3	3	4	4	2	2	3	4	5	4	5	5	4	5	131
4	4	4	5	4	3	3	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	162
4	4	2	2	3	2	4	3	2	3	4	5	3	4	3	3	4	4	130
3	5	1	4	3	4	3	5	3	4	3	1	1	1	4	4	4	4	118
4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	2	1	4	4	3	3	3	3	118
4	5	4	3	3	4	4	5	2	2	2	5	5	4	5	3	2	4	131
4	4	3	3	3	4	4	4	3	1	1	1	4	4	4	4	4	4	130
3	3	3	5	5	3	3	5	3	3	3	1	3	1	5	5	5	5	141

DATA SKOR UJI COBA SKALA KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN

SUBJ EK	SKOR ITEM																											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
1	3	3	3	1	3	1	3	1	3	4	3	3	2	2	4	3	3	2	3	2	2	1	2	3	3	1	3	2
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	4	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1
3	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	4	1	2	3	4	4	1	4	1	4	1	1	2	1	1	1	1
4	2	3	1	2	1	2	2	3	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2
5	2	2	2	3	2	3	3	1	3	3	2	1	3	1	2	3	3	1	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1
6	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	3	2	3	1	3	1	3	1	1	1	2	2	3	1
7	2	4	1	2	1	3	2	2	1	1	1	2	3	1	3	4	2	1	3	2	2	1	2	1	1	1	2	1
8	3	3	2	4	3	2	3	1	1	1	2	3	2	1	3	3	3	1	2	1	3	1	1	1	2	1	2	2
9	3	3	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	1	3	3	3	1	3	2	3	2	2	3	2	1	2	1
10	2	3	1	1	1	2	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	3	2
11	3	4	3	4	3	3	3	1	1	1	3	3	1	2	4	3	3	2	2	2	4	2	3	4	2	3	3	2
12	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	3	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1
13	3	3	2	4	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	3	3	2	4	3	2	4	4	2	3
14	4	4	2	4	3	4	4	1	3	4	2	4	4	1	4	4	4	1	4	1	4	1	3	4	4	1	3	1
15	3	1	1	4	1	1	1	1	2	2	1	4	1	1	4	3	3	1	2	1	4	1	1	1	4	2	3	1
16	2	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1
17	2	1	1	4	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	2	3	2	1	2	1	2	1	4	1	4	1	2	2
18	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1
19	2	1	1	4	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	2	1	2	1	3	3	3	1	3	1	2	3
20	2	3	1	2	2	3	3	1	1	1	1	2	4	1	4	3	3	1	3	3	3	3	4	1	4	3	3	1
21	4	4	3	1	3	4	4	2	3	3	3	4	4	2	2	4	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4
22	2	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	3	2	1	3	3	2	2	3	1	4	1	3	1
23	3	1	2	4	3	2	4	1	2	2	2	3	2	1	4	3	3	1	1	3	2	3	1	1	1	2	4	2
24	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
25	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	4	2	1	1	1
26	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	1	4	1	2	1	4	1	1	1	1	2	1	2
27	3	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	3	3	1	3	2	3	2
28	1	2	1	3	3	2	3	3	1	1	1	1	2	3	3	1	2	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2
29	2	4	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2
30	2	3	1	3	2	3	1	3	1	1	1	2	3	3	4	3	4	3	1	1	1	3	1	1	4	3	1	1
31	3	3	1	4	1	2	2	2	1	1	1	3	2	1	3	3	2	1	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1
32	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	3	1	1	1	2	3	3	1	1	2	1	1
33	4	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	1	1	2	1	2	1
34	2	2	1	4	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	3	3	2	1	2	1	2	2	1	1	4	1	1	1
35	1	3	1	2	1	2	3	3	1	1	1	1	2	1	3	3	3	1	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2
36	1	1	1	3	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1
37	2	4	2	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	2	1	1	3	2	3
38	3	3	1	4	2	1	3	1	2	2	1	3	1	2	2	3	2	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3
39	3	3	1	4	2	1	3	3	1	1	1	3	1	1	3	3	3	1	2	2	3	1	1	1	4	2	2	1
40	4	3	1	4	3	1	1	1	4	4	1	4	1	1	3	4	3	1	3	1	3	1	1	1	1	1	4	1
41	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
42	3	2	1	4	2	1	2	3	2	2	1	3	1	1	4	3	2	1	4	1	3	2	3	2	3	1	4	1

DATA SKOR UJI COBA SKALA KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN

SKOR ITEM																																
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6		
9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	
3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	1	3	1	3	2	2	2	4	3	4	3	3	4	3	2	3	1	4	2	
1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	3	1	1	
4	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	4	1	1	1	1	1	3	2	1	3	4	2	2		
2	3	1	2	1	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	
2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	3	3	2	3	2	4	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	
2	2	4	2	1	2	4	1	1	3	2	2	1	2	2	1	3	2	4	3	2	2	1	2	1	1	1	3	2	2	2	3	
2	4	1	2	1	1	1	4	1	1	2	1	3	3	2	3	2	4	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	4	
4	3	2	1	2	3	4	3	2	3	1	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	2	1	3	1	3	3	3	2	4	
4	4	1	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	1	3	1	4	4	4	2	3	
2	3	1	3	3	3	1	3	1	1	3	3	1	2	1	2	1	2	2	2	1	4	3	1	1	2	1	2	2	2	3	4	
3	4	3	3	4	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	
1	2	1	1	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	3	4	3	2	2	3	2	1	1	1	1	3	1	3	2	3	
3	3	1	4	2	3	2	3	2	3	4	3	2	2	3	3	1	3	3	3	1	3	1	2	2	3	2	2	2	4	2	3	
3	4	3	3	4	4	4	4	2	1	3	4	4	1	4	1	4	4	4	1	4	1	4	2	3	4	3	1	4	1	4	1	
3	1	2	1	1	4	2	1	1	1	1	4	2	3	1	4	2	1	2	1	1	3	1	1	2	3	2	3	1	4	1	3	
1	1	2	1	1	1	1	2	2	4	1	1	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	1	1	2	1	4	1	3	2	2	
1	1	2	3	1	3	1	2	2	4	3	1	2	3	4	3	3	3	1	3	1	3	1	1	1	2	1	1	1	3	1	2	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	1	2	3	2	3	2	2	3	1	1	3	1	2	1	1	1	4	3	3	2	1	
2	1	2	3	1	3	2	1	1	3	3	3	2	3	2	3	1	1	1	1	2	3	2	2	1	2	1	1	1	3	1	3	
2	3	1	4	1	4	3	3	1	3	4	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	1	1	2	2	2	3	2	3	3	3	
4	4	1	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	1	3	
2	3	2	3	1	4	2	3	1	2	3	4	2	1	2	1	2	1	1	1	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	
3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	1	3	1	1	2	3	1	1	
1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	1	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1
1	1	1	1	4	2	4	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	4
2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	4	1	3	3	4	3	3	1	1	2	1	2	2	3	3	3	
3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	1	3	1	2	4	3	2	3	
1	2	1	2	1	1	3	2	1	3	2	1	3	4	3	3	4	2	3	1	2	4	4	1	1	1	1	2	4	4	3	4	
2	4	3	2	2	3	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2
2	3	1	1	1	4	1	3	1	4	1	4	1	1	3	2	3	2	1	1	3	4	2	1	3	2	3	1	2	2	3	4	
3	3	1	2	1	2	3	3	1	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	1	1	3	1	3	3	3	3	3	3	
2	1	2	3	1	1	2	1	1	4	3	1	1	3	2	4	2	1	1	3	2	4	2	1	1	2	1	1	1	4	2	1	
4	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	3	2	3	1	2	4	2	2	2	2	3	3	
2	2	1	1	1	4	1	2	1	4	1	4	1	2	3	4	2	3	1	2	2	4	1	1	1	2	1	2	1	3	2	3	
1	3	1	2	1	1	1	3	1	1	2	1	2	3	1	3	4	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2	1	4	1	3	
1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	3	
2	4	2	2	1	1	1	4	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3	4	
3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	1	2	3	2	3	4	3	3	
3	3	1	1	1	4	2	3	1	2	1	4	2	1	3	2	3	2	3	2	3	3	3	1	1	3	1	2	3	2	2	3	
4	3	1	1	1	1	4	3	1	1	1	1	4	1	4	1	2	1	3	1	3	1	3	1	3	4	3	3	4	2	4	2	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	1	1	1	1	1	4	4	4	
3	2	2	3	2	3	2	2	1	1	3	3	4	1	4	3	2	3	2	3	3	4	1	1	2	3	2	1	4	4	2	2	

**DATA SKOR UJI COBA SKALA KECEMASAN DALAM MENGHADAPI
UJIAN**

SKOR ITEM														
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	JML
3	3	4	1	1	1	2	2	4	3	3	3	3	1	188
3	4	2	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	3	106
4	4	1	2	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	133
3	3	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	126
4	4	2	2	1	3	1	2	1	2	2	3	2	2	146
2	3	2	3	3	2	3	2	2	1	1	2	2	1	141
3	4	1	1	1	1	1	3	1	1	2	3	1	1	136
4	4	2	3	3	3	3	2	1	2	2	1	1	1	178
4	3	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	185
2	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	2	144
3	1	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	1	202
3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	125
1	3	3	1	1	4	1	3	3	2	2	2	2	4	185
4	2	3	4	4	2	4	3	3	2	2	3	3	1	217
2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	4	143
4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	123
2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	129
2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	110
2	3	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	131
2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	3	2	3	178
2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	208
3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	3	2	155
4	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	3	1	1	140
4	4	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	112
4	2	3	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	115
4	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	124
4	4	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	1	2	207
2	4	2	3	3	2	3	2	4	1	1	2	1	1	155
3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	187
4	3	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	3	2	164
3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	3	1	2	158
2	4	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	121
3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	140
3	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	133
3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	127
3	4	4	2	2	3	2	3	2	1	1	3	2	2	118
3	4	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	3	4	182
3	3	1	2	2	2	2	1	2	1	1	3	2	1	186
3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	1	2	1	1	158
3	2	2	4	4	3	4	1	4	1	1	2	3	1	168
4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	119
3	3	1	4	4	2	4	1	2	1	1	1	2	1	170

LAMPIRAN 3

(Print Out Uji Validitas dan Reliabilitas)

EFIKASI DIRI

Correlations			
Total			
	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	N
1	.660**	.000	42
2	.346*	.025	42
3	.276	.077	42
4	.474**	.002	42
5	.638**	.000	42
6	.595**	.000	42
7	.463**	.002	42
8	.719**	.000	42
9	.626**	.000	42
10	.432**	.004	42
11	.509**	.001	42
12	.426**	.005	42
13	.414**	.006	42
14	.378*	.013	42
15	.562**	.000	42
16	.630**	.000	42
17	.549**	.000	42
18	.642**	.000	42
19	.588**	.000	42
20	.647**	.000	42
21	.554**	.000	42
22	.638**	.000	42
23	.707**	.000	42
24	.622**	.000	42
25	.727**	.000	42
26	.674**	.000	42
27	.581**	.000	42
28	.712**	.000	42
29	.654**	.000	42
30	.717**	.000	42
31	.553**	.000	42
32	.411**	.007	42
33	.582**	.000	42
34	.469**	.002	42
35	.535**	.000	42
36	.623**	.000	42
37	.596**	.000	42
38	.487**	.001	42
Total	1		42

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Reliability Statistics		
	Cronbach's Alpha	
	Based on	
Cronbach's Alpha	Standardized Items	N of Items
.747	.947	38

KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN

Correlations

Total

	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	N
1	.651"	.000	42
2	.776"	.000	42
3	.730"	.000	42
4	.300	.053	42
5	.730"	.000	42
6	.646"	.000	42
7	.562"	.000	42
8	.085	.590	42
9	.600"	.000	42
10	.555"	.000	42
11	.633"	.000	42
12	.630"	.000	42
13	.567"	.000	42
14	.439"	.004	42
15	.217	.041	42
16	.287	.065	42
17	.157	.321	42
18	.512"	.001	42
19	.641"	.000	42
20	.437"	.004	42
21	.425"	.005	42
22	.403"	.008	42
23	.490"	.001	42
24	.351'	.023	42
25	.473"	.002	42
26	.470"	.002	42
27	.597"	.000	42
28	.424"	.005	42
29	.643"	.000	42
30	.792"	.000	42
31	.417"	.006	42
32	.521"	.000	42
33	.507"	.001	42
34	.516"	.000	42
35	.366'	.017	42
36	.730"	.000	42
37	.660"	.000	42
38	.031	.844	42
39	.449"	.003	42
40	.499"	.001	42
41	.376'	.014	42
42	.097	.541	42
43	.342'	.026	42
44	-.026	.872	42
45	.130	.412	42
46	.291	.062	42
47	.409"	.007	42
48	.275	.078	42
49	.503"	.001	42
50	.235	.133	42
51	.482"	.001	42
52	.612"	.000	42
53	.528"	.000	42
54	.667"	.000	42
55	.535"	.000	42
56	.341'	.027	42
57	.738"	.000	42
58	-.106	.504	42
59	.375'	.014	42
60	.155	.328	42
61	-.018	.907	42
62	-.206'	.049	42
63	.339'	.028	42
64	.601"	.000	42
65	.567"	.000	42
66	.462"	.002	42
67	.644"	.000	42
68	.461"	.002	42
69	.455"	.002	42
70	.730"	.000	42

71	.672"	.000	42
72	.452"	.003	42
73	.561"	.000	42
74	.272	.081	42
Total	1		42

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Reliability Statistics

	Cronbach's Alpha	
	Based on	
Cronbach's Alpha	Standardized Items	N of Items
.742	.948	74

LAMPIRAN 4

(Instrumen Penelitian Setelah Uji Validitas dan Reliabilitas)

SKALA SISWA

Kepada,

Para Siswa Siswi Kelas IX

MTs Al Hikmah Brebes

Dengan hormat,

Dalam rutinitas kesibukan belajar anda, kami meminta bantuan kesediaan anda untuk mengisi skala yang akan kami sampaikan berikut ini. Skala ini disusun untuk memperoleh data tentang tingkat efikasi diri dengan kecemasan siswa kelas IX MTs Al Hikmah dalam menghadapi ujian yang kemudian akan bermanfaat bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling.

Peneliti mengharapkan agar para siswa memberikan informasi yang sebenarnya. Identitas dan jawaban atas pertanyaan yang kami peroleh tetap dijamin kerahasiaannya. Dengan demikian jawaban yang objektif dan jujur dari para siswa akan sangat kami harapkan guna memperoleh data tentang tingkat efikasi diri dengan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian.

Atas kesediaan para siswa dalam membantu memberikan informasi, kami mengucapkan terima kasih

Yogyakarta, Maret 2014

Hara Permana

09104241029

SKALA I

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

No. Absen :

Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama kemudian Saudara di minta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia. Adapun alternatif jawaban yang tersedia sebagai berikut :

Keterangan jawaban

SSTY = Sama sekali tidak yakin mampu melakukan

TY = Tidak yakin mampu melakukan

KY = Kadang yakin mampu melakukan

Y = Yakin mampu melakukan

SY = Sangat yakin mampu melakukan

Berikan pilihan Saudara dengan memberi tanda check (✓) pada saah satu alternatif jawaban yang sesuai dengan anda.

Contoh cara mengisi jawaban:

No	Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
1	Menyelesaikan PR sesuai jadwal					✓

Apabila Saudara ingin merubah jawaban, berilah dua garis horizontal pada jawaban pertama (≠), kemudian beri tanda check (✓) pada pilihlah jawaban yang seharusnya saudara pilih.

Contoh cara merubah jawaban:

No	Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
----	------------	------	----	----	---	----

1	Menyelesaikan PR sesuai jadwal			≠	√	
No	A. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
1	Meminta bantuan guru ketika saya kesulitan mengerjakan tugas sekolah					
2	Meminta bantuan teman ketika saya kesulitan mengerjakan tugas sekolah					
3	Meminta bantuan teman ketika saya mengalami masalah akademik					

	B. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
4	Mempelajari pelajaran Matematika					
5	Mempelajari pelajaran Bahasa Indonesia					
6	Mempelajari pelajaran Bahasa Inggris					
7	Mempelajari pelajaran Program (IPA/ IPS/ Bahasa)					
8	Mempelajari pelajaran Agama					
9	Mempelajari pelajaran PKN					
10	Mempelajari pelajaran Sejarah					
11	Mempelajari pelajaran Seni Budaya					
12	Mempelajari pelajaran Jasmani, Olahraga dan Kesehatan					
13	Mempelajari pelajaran TIK					
14	Mengikuti ujian Matematika					
15	Mengikuti ujian Bahasa Indonesia					
16	Mengikuti ujian Bahasa Inggris					
17	Mengikuti ujian Program IPA (Biologi dan Fisika)					

	C. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
18	Menyelesaikan PR sesuai jadwal					
19	Belajar dengan orang-orang yang lebih mengerti					
20	Berkonsentrasi saat pelajaran berlangsung					
21	Mencatat dengan baik selama pelajaran berlangsung					
22	Memfaatkan perpustakaan untuk mencari bahan dalam mengerjakan tugas					
23	Merencanakan kegiatan di sekolah dalam satu hari					
24	Melakukan kegiatan di sekolah yang sudah direncanakan					
25	Mempelajari kembali pelajaran yang sudah disampaikan di kelas					
26	Menata tempat untuk belajar dengan baik					
27	Mengerjakan tugas-tugas sekolah					

	D. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
28	Mengikuti kegiatan organisasi					
29	Mengikuti kegiatan pengembangan bakat misal (pramuka, pmr, karya ilmiah remaja dll)					
30	Mengikuti kegiatan olah raga secara teratur					

	E. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
31	Menolak ajakan teman untuk melakukan sesuatu di sekolah yang bisa mendatangkan masalah					
32	Menahan diri dari bolos sekolah ketika saya merasa bosan dan kesal					
33	Mengontrol tingkah laku agar tidak menyimpang norma					

	F. Pernyataan	SSTY	TY	KY	Y	SY
34	Memperoleh nilai yang diharapkan orang tua					
35	Memperoleh nilai yang diharapkan guru					
36	Memperoleh nilai yang diharapkan teman					
37	Memperoleh nilai yang diharapkan saya sendiri					

SKALA II

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

No. Absen :

Kelas :

PETUNJUK PENGISIAN

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama kemudian Saudara di minta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia. Adapun alternatif jawaban yang tersedia sebagai berikut :

Keterangan jawaban

TP = Tidak Pernah

J = Jarang

SR = Sering

SL = Selalu

Berikan pilihan Saudara dengan memberi tanda check (✓) pada saah satu alternatif jawaban yang sesuai dengan anda.

Contoh cara mengisi jawaban:

No	Pernyataan	TP	J	SR	SL
1	Saya merasa cemas ketika mendapat giliran untuk mengikuti ujian				✓

Apabila Saudara ingin merubah jawaban, berilah dua garis horizontal pada jawaban pertama (≠), kemudian beri tanda check (✓) pada pilihlah jawaban yang seharusnya saudara pilih.

Contoh cara merubah jawaban:

No	Pernyataan	TP	J	SR	SL
1	Saya merasa cemas ketika mendapat giliran untuk mengikuti ujian		≠	✓	

No	Item Pernyataan	TP	J	SR	SL
1	Saya berfikir bahwa ujian nanti akan terasa sulit untuk dilalui				
2	Saya beranggapan bahwa ujian merupakan hal yang menyenangkan				
3	Saya berfikir bahwa akan gagal dalam mengikuti ujian				
4	Saya berfikir akan mendapatkan hasil buruk saat ujian				
5	Saya beranggapan bahwa mendapatkan hasil ujian yang memuaskan merupakan hal yang pasti bagi saya				
6	Saya berfikir tidak siap menerima hasil ujian yang tidak sesuai harapan				
7	Saya beranggapan bahwa apapun hasil ujian yang diperoleh saya siap menerima				
8	Saya berfikir tidak mampu untuk mengikuti ujian				
9	Saya beranggapan bahwa dalam kondisi apapun saya harus mengikuti ujian				
10	Saya menyalahkan diri saya ketika malas belajar untuk mempersiapkan ujian				
11	Saya menganggap ujian hal yang biasa, sehingga saya tidak perlu belajar dengan rajin				
12	Saya mengkritik diri saya ketika menyia-nyiakan waktu yang seharusnya untuk belajar soal-soal ujian				
13	Saya menganggap waktu untuk hiburan lebih penting daripada waktu untuk belajar merupakan hal wajar ketika akan menghadapi ujian				
14	Saya bersyukur dengan pengetahuan yang saya miliki sekarang				
15	Saya ragu dengan kecerdasan saya untuk mengerjakan soal-soal ujian				
16	Dengan kemampuan yang ada saya yakin dapat mengerjakan soal-soal ujian				
17	Saya ragu terhadap kemampuan diri dalam mengatasi kesulitan menjawab soal-soal saat ujian				
18	Saya yakin dengan kemampuan yang ada saya mampu mengerjakan soal-soal yang dianggap sulit				
19	Saya tidak mampu bersaing dengan teman-teman lain saat ujian				
20	Saya menganggap dengan kemampuan yang ada saya dapat bersaing dengan teman-teman lain saat ujian				
21	Saya pesimis dapat lulus ujian				
22	Saya yakin dapat lulus ujian karena saya sudah belajar dengan maksimal				
23	Saya tidak yakin dapat memperoleh hasil memuaskan dalam ujian				
24	Saya yakin nilai maksimal ketika ujian akan saya peroleh				

25	Saya berfikir saya kurang pintar dibanding teman-teman lain saat mengikuti ujian				
26	Saya berfikir kemampuan saya sama dengan teman-teman lain saat mengikuti ujian				
27	Sakit perut sebelum atau sesudah mengikuti ujian				
28	Perut tetap sehat meskipun dalam kondisi apapun saat ujian				
29	Perut terasa mual ketika mengerjakan soal-soal ujian yang sulit				
30	Meskipun soal-soal ujian sulit dikerjakan namun tidak mempengaruhi kesehatan perut saya				
31	Anggota badan berkeringat ketika teman-teman sudah selesai mengerjakan soal ujian				
32	Meskipun paling terakhir menyelesaikan soal-soal ujian namun anggota badan tetap tenang				
33	Telapak tangan keluar keringat dingin ketika mengerjakan soal ujian				
34	Buang air kecil sebelum atau sesudah mengerjakan soal ujian				
35	Meskipun ketika mengikuti ujian kebiasaan buang air kecil tetap normal				
36	Tangan atau tubuh gemetar ketika waktu ujian hampir habis				
37	Jantung berdebar-debar ketika kesulitan menjawab soal ujian				
38	Saya cemas ketika akan menghadapi ujian				
39	Saya gugup ketika teman-teman sudah selesai mengerjakan soal ujian				
40	Saya khawatir tidak lulus ujian				
41	Lulus ujian adalah hal yang saya targetkan				
42	Saya kesal ketika teman-teman berbuat curang saat ujian				
43	Banyak teman-teman berbuat curang saat ujian namun saya tetap sabar				
44	Saya takut ketika pengawasan ujian sangat ketat				
45	Pengawasan ujian sangat ketat namun tidak mempengaruhi kepercayaan diri saya				
46	Saya bingung ketika akan menghadapi ujian esok hari				
47	Saya marah ketika ada ujian mendadak				
48	Saya menunda mengerjakan tugas di sekolah				
49	Setiap ada tugas di sekolah saya langsung mengerjakan				
50	Saya menunda mengerjakan PR				
51	Setiap ada PR saya langsung mengerjakan				
52	Saya menunda belajar soal-soal yang akan diujikan				
53	Saya belajar untuk mempersiapkan ujian sesuai jadwal				
54	Saya menghindari kegiatan diskusi dengan teman untuk membahas soal-soal ujian yang akan dihadapi				
55	Mengikuti kegiatan diskusi soal-soal ujian dengan teman membuat saya lebih paham				

56	Saya melarikan diri ketika disuruh orang tua untuk belajar mempersiapkan ujian				
57	Saya langsung bersemangat jika orang tua memerintahkan saya untuk belajar mempersiapkan ujian				
58	Saya melarikan diri ketika ada kegiatan belajar tambahan di sekolah untuk membahas soal-soal ujian yang akan dihadapi				

LAMPIRAN 5

(Data Tabulasi Hasil Penelitian)

DATA SKOR HASIL PENELITIAN SKALA EFIKASI DIRI

SUBJEK	SKOR ITEM																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4	1	4	3	2	3	3	3	2	3	
2	3	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	
3	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	
4	4	1	3	4	2	3	2	3	3	2	2	2	3	4	2	3	3	3	3	1	
5	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	
6	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	1	3	4	1	2	3	2	3	1	
7	3	2	3	2	2	3	3	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	1	
8	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
9	3	3	3	3	2	2	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	
10	3	2	2	4	2	2	4	2	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	2	
11	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	
12	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	
13	5	4	5	3	3	3	3	3	4	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	3	
14	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	
15	4	5	2	4	2	3	5	2	3	2	2	1	2	4	1	3	4	3	2	2	
16	3	2	1	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	4	1	2	2	1	1	1	
17	5	3	2	3	1	3	4	2	3	2	2	2	3	2	1	1	1	2	2	2	
18	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	
19	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	
20	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
22	2	4	2	4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	
23	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	1	
24	2	3	4	3	1	1	3	2	2	1	3	1	2	3	1	3	2	2	4	2	
25	2	3	1	2	1	3	2	2	3	2	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	
26	3	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	1	3	1	
27	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	1	3	3	2	3	3	3	1	1	
28	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	5	3	5	5	3	5	5	3	1	3	
29	4	3	2	3	3	3	4	2	4	3	4	1	3	1	2	3	4	3	2	3	
30	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	
31	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	
32	5	5	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	3	1	1	
33	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
34	5	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	1	4	4	4	4	3	3	2	3	
35	3	2	3	5	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	
36	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	1	3	
37	4	4	2	3	2	3	2	2	2	5	3	2	2	3	2	2	4	1	2	5	
38	2	4	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	
39	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	
40	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	
41	5	4	2	3	4	3	3	3	5	5	2	4	4	5	5	3	5	5	5	4	
42	3	2	3	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	3	2	
43	5	3	3	2	1	3	1	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	3	3	2	
44	2	1	5	3	2	3	3	2	3	2	5	3	5	3	2	3	2	3	2	2	
45	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	
46	3	4	2	4	2	3	3	2	3	3	3	1	4	4	2	3	4	3	2	2	
47	3	3	5	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	
48	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	
49	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	1	2	1	2	2	2	1	2	
50	3	3	1	3	1	3	3	1	3	1	3	3	2	2	2	2	3	3	1	2	
51	5	2	4	2	1	2	3	1	4	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	
52	3	3	3	4	1	4	3	1	3	1	3	2	3	4	2	2	2	5	2	2	
53	3	2	4	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	1	1	1	1	3	1	2	
54	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	
55	5	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	
56	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	
57	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	
58	2	3	2	1	2	2	2	2	3	1	3	3	4	1	2	2	1	2	3	3	
59	2	1	2	2	2	2	3	2	3	1	3	1	1	3	2	2	3	3	2	1	
60	4	3	2	2	1	3	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	
61	2	2	2	2	1	1	2	1	4	1	2	2	2	3	1	1	3	1	1	1	
62	5	4	4	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	
	185	164	161	160	113	150	153	117	165	132	156	117	151	148	116	129	150	153	122	126	135

DATA SKOR HASIL PENELITIAN SKALA EFIKASI DIRI

SKOR ITEM																	Total	Kategori
22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37			
3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3		102	2
3	3	2	3	3	3	3	5	5	1	2	3	1	3	3	3		77	1
3	4	3	3	3	3	5	5	4	2	2	4	4	3	3	2		100	2
3	3	1	3	3	3	5	5	4	5	4	3	4	4	4	4		112	2
2	3	2	4	3	3	4	5	2	3	3	2	4	4	4	4		102	2
3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	2	2	2	4	1		100	2
2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		79	1
3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3		115	2
2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1		72	1
3	4	3	3	2	2	5	5	4	5	3	3	4	4	3	3		113	2
1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2		70	1
3	3	3	3	2	3	3	3	2	5	5	1	3	3	3	2		103	2
2	3	2	2	2	2	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2		101	2
2	2	1	2	2	1	3	3	2	4	1	1	1	1	2	2		73	1
2	4	3	3	1	2	2	2	4	1	2	2	3	4	2	4		98	2
2	3	3	3	2	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3		87	2
2	3	1	2	1	2	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1		72	1
3	2	1	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	3	2	1		65	1
1	5	2	2	2	1	2	2	3	1	1	1	1	1	2	1		70	1
2	3	2	2	1	1	2	3	3	1	2	2	1	1	1	1		58	1
1	1	1	1	1	3	3	1	1	3	4	2	2	2	2	1		50	1
3	4	4	3	3	3	4	4	2	5	4	4	3	4	3	3		115	2
2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	1	1	2	1		71	1
2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1		73	1
2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2		71	1
5	5	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2		85	1
1	1	1	2	1	3	1	3	1	2	1	1	1	1	3	1		72	1
5	4	3	4	2	4	3	5	2	1	1	1	3	3	4	1		112	2
3	3	2	3	2	3	5	5	1	4	4	4	3	4	4	3		113	2
2	2	2	2	1	1	1	1	2	4	4	2	1	1	2	2		60	1
3	3	2	2	2	2	3	2	2	5	2	2	3	3	3	3		89	2
1	4	2	2	2	2	4	3	2	5	5	4	2	3	3	2		87	2
4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4		112	2
4	2	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	3	4	3	2		115	2
2	5	3	3	3	2	5	5	3	5	4	3	5	3	5	4		113	2
2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	3	2	2	2	2		87	2
2	3	2	3	1	4	2	5	2	4	4	3	2	3	3	3		104	2
2	2	2	2	2	1	1	1	2	5	2	1	2	2	2	2		73	1
4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4		112	2
3	2	1	3	3	3	1	1	1	5	5	5	3	3	3	2		72	1
4	5	5	4	3	5	2	2	1	5	4	5	4	3	4	4		143	3
3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2		73	1
2	2	1	3	1	1	2	2	1	4	2	1	2	2	1	1		70	1
2	3	3	2	2	3	5	3	2	2	5	1	1	2	2	1		97	2
3	4	4	3	2	2	3	3	2	4	2	2	4	2	4	2		111	2
2	4	4	4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1		103	2
2	4	2	2	1	3	1	1	2	2	2	3	2	2	3	1		72	1
3	2	2	3	2	2	2	2	2	5	5	2	3	3	3	3		97	2
2	1	1	2	3	3	1	1	1	1	2	1	2	3	2	1		72	1
2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1		72	1
3	2	2	3	1	1	3	2	1	4	1	2	2	2	3	2		79	1
3	4	2	3	2	5	1	2	2	5	1	2	4	2	2	2		97	2
2	2	2	1	2	1	1	1	2	4	1	1	1	1	3	1		71	1
4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	2	2	2	4	2		99	2
3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2		90	2
3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1		65	1
3	3	2	3	2	2	2	3	3	5	4	2	2	2	2	2		94	2
2	2	2	1	3	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1		73	1
2	1	1	2	1	2	1	1	1	3	2	2	3	2	2	3		71	1
3	4	2	3	1	3	2	3	3	1	2	2	2	3	2	1		88	2
4	4	1	2	1	1	4	4	4	1	1	1	3	2	2	1		72	1
3	2	3	3	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2		87	2
160	183	140	163	127	145	162	167	135	183	155	134	153	152	162	127			

DATA SKOR HASIL PENELITIAN SKALA KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN

SUBJEK	SKOR ITEM																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	3	3	4	3	3	4	4	4	4	2	2	2	4	3	4	3	4	4	2	3	4
2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	3	4	4	4	4	4	2
3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	2	4	4	3	2	3	3	3	3
4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3
5	2	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	2
6	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	2	4	3	4	2	4	2	3
7	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4
8	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3
9	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4
10	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3
11	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	3	4	3	4	3	4
12	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3
13	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3
14	2	2	3	4	4	3	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	3	3	4	4	4
15	3	2	2	2	3	2	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	4	2	3	3
16	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	2	4	2
17	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	2	4	3	4	4	4	4	4	2
18	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4
19	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	2	4	3	4	4	4	4	4	2
20	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4
21	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2
22	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4
23	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4
24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	4	3	4	3	4	4	4	4
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4
26	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	3	3	4	3	3
27	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	2
28	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	2	2	2	4	3	4	4	4	4	4	4
29	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	2	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3
30	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2
31	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	3	4	4	4
32	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	4	2	4
33	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4
34	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4
35	4	2	3	3	3	2	4	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
36	2	4	4	4	4	2	4	4	4	2	3	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4
37	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	2	4	3
38	3	2	3	3	2	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	2
39	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4
40	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	2
41	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	4
42	4	2	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4
43	3	4	4	4	4	2	4	3	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
44	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	2	4	4	3	4	3	4	3	4	4
45	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	4	3	4	3	4	4	4	2
46	4	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3
47	3	3	4	4	4	3	3	3	4	2	2	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4
48	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4
49	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4
50	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	2	4
51	2	3	4	4	4	3	4	4	4	2	2	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4
52	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	2	4	2	2	4	4	4
53	2	4	4	2	4	3	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4
54	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2
55	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4
56	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4
57	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4
58	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4
59	3	2	4	4	4	2	4	3	4	4	2	3	2	4	4	4	3	4	3	2	2
60	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4
61	2	3	3	3	4	3	4	2	4	2	2	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4
62	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4
	200	215	258	255	248	219	290	272	291	193	155	203	175	289	218	278	224	247	246	244	234

DATA SKOR HASIL PENELITIAN SKALA KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN

SKOR ITEM																						
22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	4	4	3	4	3
4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	2	2	3	4	4	2	4	2	3	4
3	4	3	2	4	2	4	2	4	2	2	2	4	4	2	2	3	2	3	4	3	3	4
4	3	4	4	2	2	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	2	3	3	4	3	4	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	4	2	2	2	2	3	4	4	2	4	3
4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	2	2	3	3	3	3	4	2	4	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
4	2	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	2	3	2	2	3	4	4	3	2
4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4
4	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	4
4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4
4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3
4	4	3	2	3	4	4	4	2	3	2	3	4	2	2	2	3	2	3	4	3	3	2
4	4	3	3	2	4	4	4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	3	4	2	4	3
4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	4
4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	4	3	4	3
4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	2	4	4	4	2	4	3	4	2	4	2	4	2	2	2	2	4	4	4	3	4	3
3	4	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	2
4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	2	3	3	4	4	3	3	3	4	2	4	4
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4
4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	2	4	2	4	3	4	3	3	4	2	4	2
4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	3	4	2	4	3	3	3	3	4	2	4	2
3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4
3	3	4	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	2	4	2
4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	4	3
4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3
4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3	4	4
4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4
4	2	4	3	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4
3	4	2	4	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4
3	3	4	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	2	4	2
4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	4	3
4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3
4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	4	4
4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4
4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3
4	4	2	2	3	4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	2	4	4	3	4	4
4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3
4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	4	2	2	4	4	3	2	4
4	3	4	3	4	4	2	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4
4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3
4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2
4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	4
4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	2	4	3
4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
4	3	3	4	2	3	4	4	2	3	2	4	4	2	2	2	2	2	3	4	2	4	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
275	235	256	225	224	267	273	266	231	226	259	225	276	204	225	220	224	203	231	285	186	265	213

SKOR ITEM														Total	Kategori
45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58		
4	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	211	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	233	3
4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	202	2
3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	206	2
4	3	2	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	3	216	3
4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	214	3
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	260	3
4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	199	2
4	4	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	241	3
4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	211	2
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	233	3
3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	196	2
4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	213	3
4	2	3	3	3	4	4	3	4	2	4	2	4	4	219	3
3	3	2	3	1	1	1	2	2	3	3	2	1	2	170	2
4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	213	3
4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	235	3
4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	252	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	248	3
4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	261	3
4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	236	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	238	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	247	3
4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	236	3
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	251	3
4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	214	3
4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	233	3
3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	4	212	2
4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	212	2
4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	232	3
4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	253	3
4	2	2	1	2	4	3	1	2	3	3	1	4	1	172	2
4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	206	2
3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	202	2
4	3	4	4	4	2	4	3	4	2	4	3	2	3	201	2
4	2	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	4	4	221	3
4	3	4	2	4	3	4	4	4	2	3	3	4	4	201	2
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	245	3
4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	202	2
3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	234	3
2	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	203	2
4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	212	2
4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	241	3
4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	234	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	233	3
4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	212	2
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	236	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	240	3
4	4	2	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	234	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	234	3
4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	236	3
4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	233	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	234	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	237	3
4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	240	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	269	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	234	3
4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	245	3
4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	219	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	253	3
4	2	2	3	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	204	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	254	3
273	227	230	247	251	248	243	250	274	252	270	267	274	263		

LAMPIRAN 6

(Print Out Analysis Data)

	Efikasi Diri	Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian	Kategori Efikasi Diri	Kategori Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian
1	102	211	Sedang	Sedang
2	77	233	Rendah	Tinggi
3	100	202	Sedang	Sedang
4	112	206	Sedang	Sedang
5	102	216	Sedang	Tinggi
6	100	214	Sedang	Tinggi
7	79	260	Rendah	Tinggi
8	115	199	Sedang	Sedang
9	72	241	Rendah	Tinggi
10	113	211	Sedang	Sedang
11	70	233	Rendah	Tinggi
12	103	196	Sedang	Sedang
13	101	213	Sedang	Tinggi
14	73	219	Rendah	Tinggi
15	98	170	Sedang	Sedang
16	87	213	Sedang	Tinggi
17	72	235	Rendah	Tinggi
18	65	252	Rendah	Tinggi
19	70	248	Rendah	Tinggi
20	58	261	Rendah	Tinggi
21	50	236	Rendah	Tinggi
22	115	238	Sedang	Tinggi
23	71	247	Rendah	Tinggi
24	73	236	Rendah	Tinggi
25	71	251	Rendah	Tinggi
26	85	214	Rendah	Tinggi
27	72	233	Rendah	Tinggi
28	112	212	Sedang	Sedang
29	113	212	Sedang	Sedang
30	60	232	Rendah	Tinggi
31	89	253	Sedang	Tinggi
32	87	172	Sedang	Sedang
33	112	206	Sedang	Sedang
34	115	202	Sedang	Sedang
35	113	201	Sedang	Sedang
36	87	221	Sedang	Tinggi
37	104	201	Sedang	Sedang
38	73	245	Rendah	Tinggi
39	112	202	Sedang	Sedang
40	72	234	Rendah	Tinggi
41	143	203	Tinggi	Sedang
42	73	212	Rendah	Sedang
43	70	241	Rendah	Tinggi
44	97	234	Sedang	Tinggi
45	111	233	Sedang	Tinggi
46	103	212	Sedang	Sedang
47	72	236	Rendah	Tinggi
48	97	240	Sedang	Tinggi
49	72	234	Rendah	Tinggi
50	72	234	Rendah	Tinggi
51	79	236	Rendah	Tinggi
52	97	233	Sedang	Tinggi
53	71	234	Rendah	Tinggi
54	99	237	Sedang	Tinggi
55	90	240	Sedang	Tinggi
56	65	269	Rendah	Tinggi

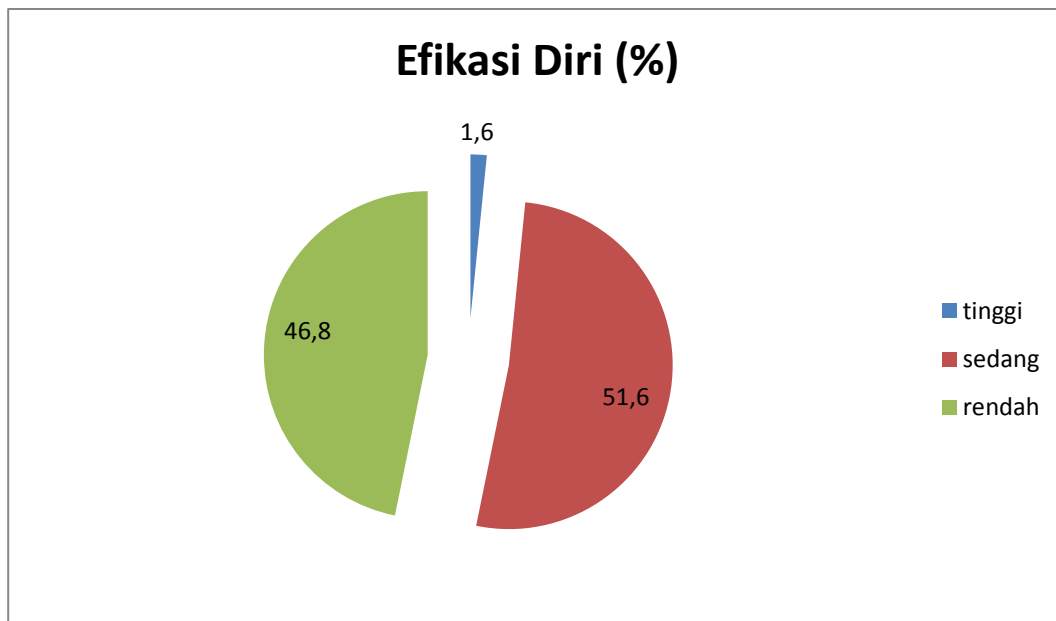
57	94	234	Sedang	Tinggi
58	73	245	Rendah	Tinggi
59	71	219	Rendah	Tinggi
60	88	253	Sedang	Tinggi
61	72	204	Rendah	Sedang
62	87	254	Sedang	Tinggi

Descriptive Statistics

		Efikasi Diri	Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian
N	Valid	62	62
	Missing	0	0
Mean		87.92	226.10
Median		87.00	233.00
Mode		72	234
Std. Deviation		18.888	20.735
Variance		356.764	429.958
Minimum		50	170
Maximum		143	269
Sum		5451	14018

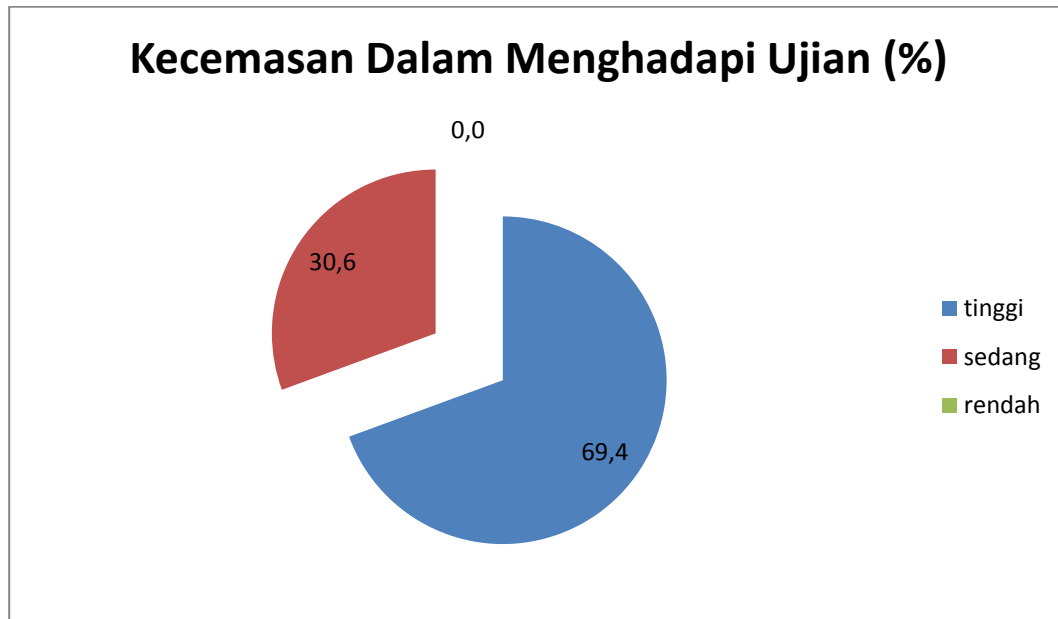
Kategori Efikasi Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	1	1.6	1.6	1.6
	Sedang	32	51.6	51.6	53.2
	Rendah	29	46.8	46.8	100.0
	Total	62	100.0	100.0	



Kategori Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	43	69.4	69.4	69.4
	Sedang	19	30.6	30.6	100.0
	Total	62	100.0	100.0	



UJI NORMALITAS

NPar Tests

Chi-Square Test

Test Statistics

	Efikasi Diri	Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian
Chi-Square	35.290 ^a	29.452 ^b
df	28	34
Asymp. Sig.	.162	.690

a. 29 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 2.1.

b. 35 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 1.8.

UJI LINIERITAS

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian * Efikasi Diri	62	100.0%	0	.0%	62	100.0%

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan * Efikasi Diri	Between Groups	(Combined) Linearity	18516.261	28	661.295	2.830	.002
		Linearity	8657.848	1	8657.848	37.051	.000
		Deviation from Linearity	9858.413	27	365.126	1.563	.111
	Within Groups		7711.158	33	233.671		
	Total		26227.419	61			

Correlations

Correlations

		Efikasi Diri	Kecemasan
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-.575**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	62	62
Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian	Pearson Correlation	-.575**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	62	62

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN 7

(Surat Perizinan Penelitian)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Alamat : Karangmalang, Yogyakarta 55281
Telp. (0274) 586168 Hunting, Fax. (0274) 540611; Dekan Telp. (0274) 520094
Telp. (0274) 586168 Psw. (221, 223, 224, 295, 344, 345, 366, 368, 369, 401, 402, 403, 417)



Certificate No. QSC 00687

No. : 2352/UN34.11/PL/2014
Lamp. : 1 (satu) Bendel Proposal
Hal : Permohonan izin Penelitian

18 Maret 2014

Yth. Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
Cq. Kepala Kesbanglinmas Prov. DIY
Jl. Jenderal Sudirman 5
Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik yang ditetapkan oleh Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, mahasiswa berikut ini diwajibkan melaksanakan penelitian:

Nama : Hara Permana
NIM : 09104241029
Prodi/Jurusan : Bimbingan dan Konseling/BK
Alamat : Desa Cipelem Kecamatan Bulakamba Kabupaten Brebes

Sehubungan dengan hal itu, perkenankanlah kami memintakan izin mahasiswa tersebut melaksanakan kegiatan penelitian dengan ketentuan sebagai berikut:

Tujuan : Memperoleh data penelitian tugas akhir skripsi
Lokasi : MTs Al Hikmah Cipelem, Bulakamba, Brebes
Subyek : Siswa Kelas IX
Obyek : Kecemasan Siswa Terhadap Ujian
Waktu : Maret-Mei 2014
Judul : Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX Di MTs AL Hikmah Brebes

Atas perhatian dan kerjasama yang baik kami mengucapkan terima kasih.



Dr. Haryanto, M. Pd.

NIP 19600902 198702 1 001

Tembusan Yth:

1. Rektor (sebagai laporan)
 2. Wakil Dekan I FIP
 3. Ketua Jurusan BK FIP
 4. Kabag TU
 5. Kasubbag Pendidikan FIP
 6. Mahasiswa yang bersangkutan
- Universitas Negeri Yogyakarta



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
BADAN KESATUAN BANGSA DAN PERLINDUNGAN MASYARAKAT
(BADAN KESBANGLINMAS)
Jl. Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta - 55233
Telepon : (0274) 551136, 551275, Fax (0274) 551137
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 19 Maret 2014

Nomor : 074 / 776 / Kesbang / 2014
Perihal : Rekomendasi Ijin Penelitian

Kepada Yth. :
Gubernur Jawa Tengah
Up. Kepala Badan Penanaman Modal Daerah
Provinsi Jawa Tengah
Di
SEMARANG

Memperhatikan surat :

Dari : Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan UN Y
Nomor : 2352/UN34.II/PL/2014
Tanggal : 18 Maret 2014
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Setelah mempelajari surat pemberitahuan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul proposal : **"HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTs AL HIKMAH BREBES"**, kepada:

Nama : HARA PERMANA
NIM : 09104241029
Prodi/jurusan : Bimbingan dan Konseling/Psikologis Pendidikan dan Bimbingan
Fakultas : Ilmu Pendidikan UNY
Lokasi : MTs Al Hikmah Cipelem, Bulakamba, Kabupaten Brebes,
Provinsi Jawa Tengah
Waktu : Maret s.d Mei 2014

Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan / fasilitas yang dibutuhkan.

Kepada yang bersangkutan diwajibkan :

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset / penelitian;
2. Tidak dibenarkan melakukan riset / penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset / penelitian dimaksud;
3. Melaporkan hasil riset penelitian kepada Badan Kesbanglinmas DIY.

Rekomendasi Ijin Riset / Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang tidak mentaati ketentuan tersebut di atas.

Demikian untuk menjadikan maklum.



Tembusan disampaikan Kepada Yth :

1. Gubernur DIY (sebagai laporan);
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan UN Y
- ③ Yang bersangkutan.



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH

Alamat : Jl. Mgr. Soegiopranoto No. 1 Telepon : (024) 3547091 - 3547438 - 3541487
Fax : (024) 3549560 http : // bpmd.jatengprov.go.id e-mail : bpmd@jatengprov.go.id
Semarang - 50131

Nomor : 070/261
Lampiran : 1 (Satu) Lembar
Perihal : Rekomendasi Penelitian

Semarang, 23 April 2014

Kepada
Yth. Bupati Brebes
u.p Kepala Kantor Kesbangpol
Kab. Brebes

Dalam rangka memperlancar pelaksanaan kegiatan penelitian bersama ini terlampir disampaikan Rekomendasi Penelitian Nomor 070/931/04.5/2014 Tanggal 23 April 2014 atas nama HARA PERMANA dengan judul proposal HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTs AL HIKMAH BREBES, untuk dapat ditindaklanjuti.

Demikian untuk menjadi maklum dan terimakasih.

KEPALA BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH
PROVINSI JAWA TENGAH



Ir. YUNI ASTUTI, MA.

Pembina Utama Muda

NIP. 19620621 1987092 001

Tembusan :

1. Gubernur Jawa Tengah (sebagai laporan);
2. Kepala Badan Kesbangpol dan Linmas Provinsi Jawa Tengah;
3. Kepala Badan Kesbanglinmas Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta;
4. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta;
5. Sdr. HARA PERMANA;
6. Arsip,-



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH

Alamat : Jl. Mgr. Soegiopranoto No. 1 Telepon : (024) 3547091 – 3547438 – 3541487
Fax : (024) 3549560 E-mail : bpmd@jatengprov.go.id <http://bpmd.jatengprov.go.id>
Semarang - 50131

REKOMENDASI PENELITIAN

NOMOR : 070/931/04.5/2014

- Dasar :
1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tanggal 20 Desember 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
 2. Peraturan Gubernur Jawa Tengah No. 74 Tahun 2012 tentang Organisasi dan Tata Kerja Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Terpadu Satu Pintu Pada Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;
 3. Peraturan Gubernur Jawa Tengah No. 67 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah.

Memperhatikan : Surat Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Perlindungan Masyarakat Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 074/776/Kesbang/2014 tanggal 19 April 2014 perihal : Rekomendasi Ijin Penelitian

Kepala Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah, memberikan rekomendasi kepada :

1. Nama : HARA PERMANA.
2. Alamat : Cipelem Rt 001/Rw 007 Kel. Cipelem, Kec. Cipelem, Kab. Brebes, Provinsi Jawa Tengah.
3. Pekerjaan : Mahasiswa S1.

Untuk : Melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan rincian sebagai berikut :

- a. Judul Penelitian : HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTs AL HIKMAH BREBES.
- b. Tempat / Lokasi : MTs Al Hikmah Cipelem, Bulakamba, Kab. Brebes, Provinsi Jawa Tengah.
- c. Bidang Penelitian : Pendidikan.
- d. Waktu Penelitian : Maret – Mei 2014.
- e. Penanggung Jawab : 1. Farida Harahap, M.Si
2. Budi Astuti, M.Si
- f. Status Penelitian : Baru.
- g. Anggota Peneliti : -
- h. Nama Lembaga : Universitas Negeri Yogyakarta

Ketentuan yang harus ditaati adalah :

- a. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat setempat /Lembaga swasta yang akan di jadikan obyek lokasi;
- b. Pelaksanaan kegiatan dimaksud tidak disalah gunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintahan;
- c. Setelah pelaksanaan kegiatan dimaksud selesai supaya menyerahkan hasilnya kepada Kepala Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;
- d. Apabila masa berlaku Surat Rekomendasi ini sudah berakhir, sedang pelaksanaan kegiatan belum selesai, perpanjangan waktu harus diajukan kepada instansi pemohon dengan menyertakan hasil penelitian sebelumnya;
- e. Surat rekomendasi ini dapat diubah apabila di kemudian hari terdapat kekeliruan dan akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Semarang, 23 April 2014

KEPALA BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH
PROVINSI JAWA TENGAH


Ir. YUNI ASTUTI, MA.
Pembina Utama Muda
NIP. 19620621 1987092 001



PEMERINTAH KABUPATEN BREBES
KANTOR KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jl. Jend. Sudirman No. 143 Telp. (0283) 671107 Brebes 52212

Brebes, 29 April 2014

Kepada

Nomor : 072/ 228. P/ IV/ 2014
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Permohonan Ijin Penelitian/
Survey/ Riset/ Observasi/
Pengambilan data.

Yth. Kepala BAPPEDA
Kab. Brebes
di -
Brebes

Membaca Surat dari Ka. Badan Penanaman Modal Daerah Prov. Jateng Nomor 070/261 tanggal 23 April 2014 Perihal sebagaimana tersebut pada pokok surat, bahwa:

Nama : **HARA PERMANA**
Pekerjaan : Mahasiswa UNY
Alamat : Cipelem Bulakamba
Peserta :
Penanggung jawab : Farida Harahap, M. Si

Akan mengadakan kegiatan Ijin Penelitian/ Survey/ Riset/ Observasi/ Pengambilan Data dalam rangka penyusunan Skripsi akan dilaksanakan pada bulan Maret s/d Mei 2014 di Mts Al Hikmah Cipelem Bulakamba Kab. Brebes

Dengan Judul: **"HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DG KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTS AL HIKMAH BREBES"**.

Setelah selesai melaksanakan kegiatan sebagaimana tersebut di atas, dalam jangka **SATU BULAN** untuk segera menyerahkan hasilnya kepada Kantor Kesbangpol Kab. Brebes dan BAPPEDA Kab. Brebes.

Dalam kegiatan tersebut diwajibkan ikut membantu keamanan dan ketertiban umum Masyarakat serta mentaati tata tertib dan ketentuan – ketentuan yang berlaku di Daerah setempat.

**KEPALA KANTOR KESBANGPOL
KABUPATEN BREBES
Kasi Politik dan HAL**


KHOLIDIN, SH
Penata Tk I

NIP. 19630715 198512 1 001

Tembusan Kepada Yth :

1. Yang bersangkutan;
2. Peringgal.



PEMERINTAH KABUPATEN BREBES
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jl. Jend. Sudirman No. 159 Telp. 671821
Fax. (0283) 672429 Kode Pos 52212
BREBES

Brebes, 29 April 2014

Nomor : 072/228/IV/ 2014
Sifat : Biasa
Lampiran : ---
Perihal : Permohonan ijin Penelitian/
Riset/Survey/Observasi

Kepada

Yth. Kepala Kantor Kementerian Agama Kab. Brebes

Di
Tempat

Berdasarkan Surat Rekomendasi dari Kantor Kesbang, Pol. Kabupaten Brebes nomor : 073/228.P/IV/2014 tanggal 29 April 2014 perihal tersebut pada pokok surat dengan ini diberitahukan bahwa di Instansi/ wilayah Saudara akan dilaksanakan riset/survey oleh :

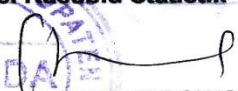
1. Nama : **HARA PERMANA**
2. Pekerjaan : Mahasiswa UNY
3. Alamat : Cipelem Bulakamba Kab. Brebes
4. Jumlah Peserta : -
5. Penanggung Jawab : Farida Harahap, M.Si
6. Maksud research / survey : Melaksanakan penelitian/survey dalam rangka penyusunan karya ilmiah/skripsi dengan judul **"HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTS AL HIKMAH BREBES"**
7. Lokasi : **MTS AL HIKMAH BREBES**
8. Jangka Waktu research / survey : Maret – Mei 2014

Dengan ketentuan - ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan *research/survey* tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah.
- b. Sebelum pelaksanaan *research/survey* langsung kepada respondent maka harus terlebih dahulu melaporkan kepada penguasa daerah setempat.
- c. Setelah selesai *research/survey* Saudara **wajib** memberikan hasilnya kepada BAPPEDA KARIIPATEN BREBES.

Kemudian atas perhatian dan bantuan Saudara, kami sampaikan terima kasih.

A.n. KEPALA BAPPEDA KAB. BREBES
Kabid Statistik Pengendalian dan Evaluasi
Ub. Kasubid Statistik


Drs. AGUNG WIBOWO
Penata Tk. I
NIP. 19670606 199803 1 007

Tembusan Kepada Yth:

1. BUPATI BREBES (Sebagai laporan) ;
2. Ka Kantor KESBANG POL Kab Brebes ;
3. Yang bersangkutan;
4. Arsip.



KEMENTERIAN AGAMA
KANTOR KABUPATEN BREBES

Jalan Jenderal A. Yani No. 138 Telp.(0283) 671534
B R E B E S

Nomor : Kd.11.29/1/HM.00.1/ 2039 /2014
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : Ijin Riset/Survey/Penelitian

Brebes, 30 April 2014

Kepada
Yth. Kepala MTs Al Hikmah Brebes
Di
Brebes

Assalamualaikum Wr.Wb.

Berdasarkan surat dari Bappeda Kabupaten Brebes Nomor : 072/228/IV/2014 tanggal 29 April 2014 perihal sebagaimana tersebut pada pokok surat, maka kami setuju/tidak keberatan MTs Al Hikmah Brebes sebagai tempat penelitian, oleh:

1. Nama : HARA PERMANA
2. Pekerjaan : Mahasiswa UNY
3. Alamat : Cipelem Bulakamba Kab. Brebes
4. Penanggung Jawab : Farida Harahap, M.Si
5. Maksud Penelitian : Mengadakan kegiatan penelitian/ survey/Research pengambilan dengan judul "HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PADA SISWA KELAS IX DI MTS AL HIKMAH BREBES"
6. Lokasi : MTs Al Hikmah Brebes
7. Jangka Waktu Research : Maret - Mei 2014

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Bahwa Pelaksanaan research tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah dan kinerja Kantor yang bersangkutan;
- b. Sebelum pelaksanaan research langsung kepada responden maka terlebih dahulu melaporkan kepada Kepala MTs Al Hikmah Brebes;
- c. Setelah selesai research supaya memberikan hasilnya kepada Kepala Kantor Kementerian Agama Kab. Brebes dan Kepala MTs Al Hikmah Brebes.

Demikian untuk menjadikan maklum adanya.



Wassalamualaikum Wr.Wb.
Kepala,

Drs. H. Imam Hidayat, M.Pd.I.
NIP. 196201251994031002

Tembusan Yth:

1. Kakanwil Kemenag Prov. Jateng;
2. Dekan Fakultas Pendidikan UNY
3. Yang Bersangkutan



YAYASAN PENDIDIKAN PONDOK PESANTREN AL – HIKMAH

MTs AL HIKMAH CIPELEM

TERAKREDITASI A

Alamat : Desa Cipelem Kec. Bulakamba Kab. Brebes Kode Pos 52253 Telp. (0283) 870895 E-mail : mtscipelem@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 259/MTs AH/V/2014

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **Ir. H. SYATORI, M.Si**
NIP : -
Pangkat, Golongan/Ruang : -
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : MTs Al Hikmah Cipelem Bulakamba Brebes

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

N a m a : **HARA PERMANA**
N I M : **09104241029**
Program Studi : **Bimbingan dan Konseling (BK)**
Jenjang Program : **S1 (Strata 1)**
Fakultas : **Fakultas Ilmu Pendidikan**
Perguruan Tinggi : **Universitas Negeri Yogyakarta**

Yang bersangkutan benar – benar telah melaksanakan penelitian dengan judul :
“Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX Di MTs Al Hikmah Brebes”, yang telah dilaksanakan pada tanggal 13 Maret s.d. 13 April 2014 di MTs Al Hikmah Brebes.

Demikian Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Cipelem, 3 Mei 2014

Kepala MTs Al Hikmah Cipelem



Ir. H. SYATORI, M.Si
NIP. _____

LAMPIRAN 8

(Dokumentasi Foto Penelitian)

Foto Kegiatan Uji Instrumen dan Penelitian



Gambar 2. Uji instrumen di kelas IX A



Gambar 3. Uji instrumen di kelas IX B



Gambar 4. Penelitian di kelas IX A



Gambar 5. Penelitian di kelas IX B



Gambar 6. Penelitian di kelas IX C



Gambar 7. Penelitian di kelas IX D